• Bonnie Runyan McCullough - Susan Walker Monson •

DẠY CON CÁCH CÂU CÁ, ĐỪNG TẶNG CÁ CHO CON

• • • • •

Từ thói quen chia sẻ việc nhà đến cách con tự tổ chức cuộc sống

• • • • •

Lời giới thiệu

Các ông bố bà mẹ đã khai thác được "nguồn lao động" sẵn có - những đứa trẻ - chưa? Có thể nhiều người sẽ nghĩ: "Đó đúng là một ý tưởng tuyệt vời, tuy thế cách này sẽ tiêu tốn nhiều thời gian hơn". Cha mẹ có thể làm việc tốt hơn và nhanh hơn nhiều so với con cái. Đó là ý nghĩ rất thiển cận. Chúng tôi nghĩ rằng trẻ làm việc nhà là một điều tốt vì chúng cần học cách làm việc và cha mẹ cần sự giúp đỡ của chúng.

Khi con bạn tới 18 tuổi, chúng đã có 32.234 giờ được cha mẹ dạy dỗ. Thời gian học tập trên lớp và nghiên cứu để hoàn thành chương trình cử nhân tại trường đại học tốn 2.100 giờ, còn nếu con bạn đi học nghề thì chúng chỉ cần một nửa số thời gian đó. Vậy thời gian ở nhà của trẻ nhiều gấp 16 lần thời gian học tập ở trường đại học. Vậy các bậc cha mẹ muốn sử dụng lượng thời gian ấy như thế nào? Các con sau khi trưởng thành sẽ ra đời và sống tự lập!

Liệu chúng ta có chắc rằng chúng có thể tự giải quyết ổn thỏa những vấn đề trong cuộc sống (mà không cần cha mẹ)? Liệu chúng có biết làm các công việc nhà đơn giản nhất? Liệu chúng có thể nấu những bữa ăn đơn giản nhưng đầy đủ chất dinh dưỡng cho bản thân? Liệu chúng có thể biết sắp xếp chỗ ở ngăn nắp, biết bảo quản đồ dùng? Hay chúng có biết cách chi tiêu hợp lý, tránh được những khoản nợ không cần thiết? Thường thì các bậc cha mẹ sẽ để trẻ tự xoay xở và hy vọng mọi chuyện sẽ tốt đẹp. Liệu chúng ta có nên để cho trẻ học những kỹ năng đó từ thực tế cuộc sống hàng ngày?

Cuốn sách này sẽ chia sẻ những nguyên tắc, chiến lược và lời khuyên về cách giúp trẻ hoàn thành việc nhà. B.F. Skinner có thể khiến một con chim bồ câu mổ 10.000 lần với hy vọng lấy được thức ăn. Trẻ có thể học theo người lớn để gây sự chú ý hoặc để lấy phần thưởng mà chúng thích. Cũng giống như bồ câu, trẻ luôn cố gắng để nhận được phần thưởng dù có được hay không. Chúng tôi sẽ chỉ cho các bậc cha mẹ cách biến những lời chê

trách thành những câu khen ngợi để thúc đẩy trẻ tích cực làm việc nhà.

Trong cuốn sách này, bạn sẽ biết kỹ năng thích hợp cho trẻ ở mỗi độ tuổi. Bạn sẽ học cách dạy cho trẻ những kỹ năng đó và đồng thời học cách khuyến khích, động viên con bạn thể hiện khả năng. Thực tế những người xung quanh sẽ khiến trẻ làm việc tốt hơn cha mẹ, nhưng cha mẹ có thể tạo ra những tình huống vui nhộn và hứng thú để khiến trẻ làm việc. Những câu chuyện, sơ đồ, trò chơi, các mẹo được đưa ra khiến con bạn làm việc cho tới khi chúng đủ trưởng thành và tự giác làm việc đó.

Nếu bạn đang tìm kiếm một trò chơi để mang lại kết quả tức thì, hãy thử trò đoán. Để trẻ giấu mười đồ vật trong một căn phòng, rồi bạn sẽ là người đoán nơi cất giấu các đồ vật đó. Để thay đổi thói quen "làm đâu bỏ đó" của con trẻ khi chúng cứ bày sách vở, đồ dùng, áo khoác và những vật dụng của chúng ở khắp nơi trong nhà, hãy đọc "Kiểm tra lúc 8 giờ" được mô tả. Nếu giường ngủ của con bạn luôn lộn xộn, hãy đọc ngay Chương 9 để đánh giá lại tình hình và thử sử dụng bảng mô tả về phòng ngủ.

Những phần khác của cuốn sách này, như Đặt mục tiêu, Hiểu biết về các giai đoạn học tập, hay Làm việc cùng nhau, đưa ra những nguyên lý để thiết lập một nền tảng gia đình vững chắc giúp trẻ tự lập hơn. Cuốn sách này giúp tập trung vào một kế hoạch hiệu quả cho cha mẹ và con cái để sử dụng 32.234 giờ ở nhà một cách hiệu quả. Nó như một cuốn cẩm nang giúp bạn thành công trong các lĩnh vực mà người khác có thể bỏ mặc cho sự ngẫu nhiên. Bạn có thể phải thay đổi một số hành vi của bản thân và sắp xếp lại ngôi nhà để làm gương cho trẻ.

Không bao giờ là quá muộn để bắt đầu, cho dù con của bạn đang ở độ tuổi nào, dù các phương pháp và hình thức khích lệ có thể khác nhau đi nữa. Hãy tự tin vào những gì bạn đã làm. Việc bạn quan tâm tới cuốn sách này chứng tỏ bạn đã và đang tìm kiếm một số những ý tưởng ở đây. Hãy bỏ lại những nuối tiếc về sai lầm trong quá khứ. Bạn đã cố gắng hết sức mình rồi. Chúng tôi không thể hứa rằng con bạn sẽ làm tất cả việc nhà hay thậm chí tự đặt ra nhiệm vụ cho bản thân, nhưng ít nhất chúng tôi có thể giúp bạn rèn luyện con mình để khi chúng có nhà riêng và muốn giữ mọi thứ ngăn nắp thì chúng biết phải làm thế nào.

Trong một cuộc khảo sát 250 đứa trẻ thì 97% tự nhận thấy rằng chúng nên làm việc nhà. Hãy dạy và cho trẻ cơ hội. Rèn luyện trẻ làm việc là tạo cơ hội để chúng được thưởng. Đối với trẻ, việc này làm tăng thêm tính tự

tôn và có cảm nhận về việc được sở hữu. Chúng sẽ có các kỹ năng cần thiết cho cuộc sống khi trưởng thành, thiết lập được mô hình thành công trong tương lai, giúp tăng tính độc lập và tự lực, học cách làm việc nhanh và hiệu quả. Trẻ sẽ nhận thức rõ giá trị của đồ đạc và biết trân trọng hơn những nỗ lực của người khác. Cha mẹ cũng nhận được phần thưởng xứng đáng, đó chính là con cái sẽ giúp họ một phần việc nhà, họ sẽ bớt cáu giận và có nhiều thời gian tận hưởng cuộc sống hơn. Cha mẹ cũng sẽ cảm thấy thành công hơn khi chuẩn bị cho con vững bước vào đời, như một câu cách ngôn khá nổi tiếng:

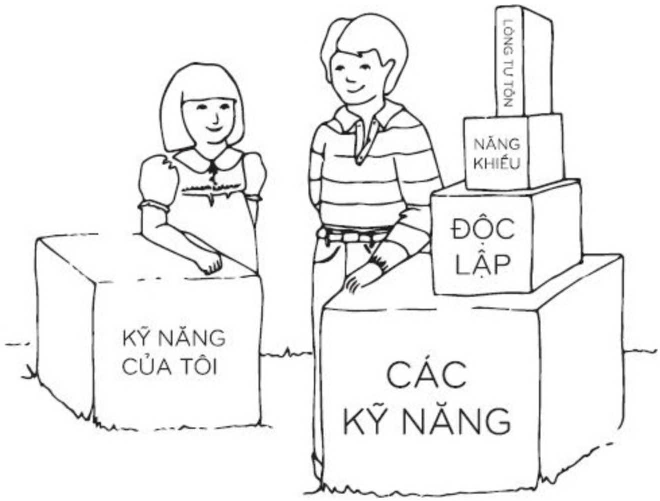
Bắt cho con một con cá, sẽ nuôi sống con hôm nay

Dạy cho con cách câu cá, con sẽ sống cả đời.

tôn và có cảm nhận về việc được sở hữu. Chúng sẽ có các kỹ năng cần thiết cho cuộc sống khi trưởng thành, thiết lập được mô hình thành công trong tương lai, giúp tăng tính độc lập và tự lực, học cách làm việc nhanh và hiệu quả. Trẻ sẽ nhận thức rõ giá trị của đồ đạc và biết trân trọng hơn những nỗ lực của người khác. Cha mẹ cũng nhận được phần thưởng xứng đáng, đó chính là con cái sẽ giúp họ một phần việc nhà, họ sẽ bớt cáu giận và có nhiều thời gian tận hưởng cuộc sống hơn. Cha mẹ cũng sẽ cảm thấy thành công hơn khi chuẩn bị cho con vững bước vào đời, như một câu cách ngôn khá nổi tiếng:

Bắt cho con một con cá, sẽ nuôi sống con hôm nay

Dạy cho con cách câu cá, con sẽ sống cả đời.



CHƯƠNG 1
Đặt mục tiêu

Khi trưởng thành, những kỹ năng nào được dạy ở nhà mà con sẽ dùng đến? Nếu bạn trao cho con rất nhiều tiền, liệu số tiền đó có đáng giá hơn những kỹ năng cơ bản mà bạn trang bị cho con như: Những việc phải làm hàng ngày cho dù chúng có sống đến tận 103 tuổi đi nữa? Nếu con trẻ biết dọn dẹp và giữ gìn nhà cửa sạch sẽ, biết lựa chọn thực phẩm và nấu ăn ngon, biết quản lý tiền bạc thì chúng sẽ tiết kiệm được thời gian lẽ ra phải dành cho các việc này để tập trung thời gian vào học tập và làm việc hay những lĩnh vực khác của đời sống.

Annie 21 tuổi vừa chuyển tới Colorado với hy vọng thời tiết ấm áp ở đây có thể giúp cô chữa bệnh. Khi tới căn hộ mới, cô đã mua quần áo và nợ tới 6.000 đô la. Cha mẹ khuyên cô nên mua một chiếc xe mới, một chiếc

máy khâu (cô đang học may), một chiếc piano (hy vọng một ngày nào đó cô có thể chơi đàn) và đăng ký học nghệ thuật trong khi mức lương của cô rất thấp. Annie không biết nhiều về dinh dưỡng và nấu ăn nên sức khỏe bị ảnh hưởng nghiêm trọng. Cô vật lộn với chiếc bản đồ thành phố mỗi khi phải đi đâu. Cô cũng thiếu kinh nghiệm sống nên rất dễ bị lợi dụng. Một người bạn gọi điện thoại cho cô từ nước ngoài, sử dụng dịch vụ gọi đến để người nhận cuộc gọi trả tiền và nói chuyện với cô hai mươi phút. Bạn thử đoán xem! Cô ấy không hề biết điều này. Những vấn đề đó và cả việc bị động trong cuộc sống khiến cô thấy chán nản. Con bạn có được nuôi dạy để trở thành những cô bé như Annie không?

Khi cha mẹ không đặt mục tiêu cho trẻ thì sẽ biến chúng thành những cô cậu giống như Annie, không thể giúp con cái đặt ra mục tiêu nếu chính họ cũng chỉ có một khái niệm mơ hồ về những gì mà mình mong muốn con cái đạt được. Bạn có thể sẽ tự hỏi: "Liệu bố mẹ có quyền quyết định những mục tiêu mà con trẻ cần phải đạt tới?" Câu trả lời là "Có". Khi cha mẹ đưa ra được những chuẩn mực để trẻ có thể hành động có định hướng, phát triển các kỹ năng, đáp ứng được những thách thức trong cuộc đời sau này thì sau đó quyền lựa chọn hướng đi của con trẻ mới có thể thành hiện thực. Trẻ thường chưa đủ chín chắn để đặt ra các mục tiêu mà không có những chuẩn mực này. Tiếc thay, chúng ta thường cẩn thận lên kế hoạch đi nghỉ hai tuần hơn là rèn luyện cho con những kỹ năng sống đơn giản. Khi đã làm cha mẹ, bạn có rất nhiều cách để chuẩn bị cho con trẻ bước vào đời cho dù chúng 2 tuổi hay 22 tuổi. Trong suốt 18 năm ở nhà (hoặc hơn thế), bạn và con sẽ làm rất nhiều việc, đi tới nhiều nơi, vậy tại sao không đặt mục tiêu là lấy những giá trị từ kinh nghiệm sống đó rồi lên kế hoạch cho những hoạt động có thể mang lại nhiều lợi ích cho con bạn nhất? Việc trẻ thành thạo các kỹ năng sẽ giúp chúng hoàn thiện hình ảnh bản thân và tự tin, từ đó tạo lập nhiều kỹ năng hơn cho chúng. Những đứa trẻ tự lập có thể đứng dậy sau những khủng hoảng và bước tiếp trong khi những đứa trẻ không có tính tự lập sẽ dễ bị tổn thương khi gặp phải các vấn đề trong cuộc sống. Cha mẹ sẽ tận hưởng thành quả của việc con cái tự lập: Sự nghiệp làm cha mẹ thành công, công việc nhà được con cái chia sẻ. Việc lập ra những mục tiêu này sẽ cho phép cả cha mẹ và con cái có nhiều thời gian hơn để tận hưởng những điều thú vị khác trong cuộc sống.

Trong một cuộc khảo sát 250 trẻ về làm việc nhà, có 97% những đứa trẻ được hỏi đều cảm thấy cần phải giúp đỡ cha mẹ việc nhà. Hãy nghe những lý do chúng đưa ra.

Con cái làm việc nhà bởi vì:

"Cha mẹ sẽ không kiệt sức vì làm mọi việc."

"Vì con luôn bày bừa khắp nhà thậm chí một nửa lượng việc nhà là do con bày ra. Sau này, con sẽ có nhà riêng, vì thế con cần phải biết cách dọn dẹp nhà cửa gọn gàng và biết nấu ăn."

"Biết làm việc nhà sẽ giúp chúng ta dễ dàng có việc làm hơn."

"Làm việc nhà giúp chúng con có thêm kinh nghiệm, biết cách tổ chức và chuẩn bị cho cuộc sống sau này."

"Con phải học cách có trách nhiệm vì nếu không thì khi lớn, chúng con sẽ trở thành những kẻ lười biếng."

"Chúng con có thể làm xong hết việc nhà rồi mới vui chơi."

"Cha mẹ chúng cháu ly dị và mẹ cháu đã phải đi làm cả ngày. Vì thế, mẹ cần sự giúp đỡ của chúng cháu. Chị gái cháu và cháu (17 và 12 tuổi) không muốn mẹ vừa phải đi làm vừa phải làm việc nhà."

"Cháu nghĩ điều đó sẽ hình thành một thói quen tốt khi chúng cháu lớn lên."

"Nếu giúp cha mẹ làm việc nhà, họ có thể đi làm vì phải kiếm tiền nuôi cả nhà mà."

Cha mẹ hãy nắm rõ các phương pháp giúp con cái biết được việc gì cần làm và những cách tạo nên tính tự lập cho chúng. Có bảy bước rèn luyện tính tự lập cho trẻ và khiến chúng làm việc nhà:



Bốn bước đầu tiên tạo nền móng trước khi bạn hướng dẫn trẻ "làm việc". Niềm vui thực sự nằm trong việc chỉ dạy trẻ cách hoàn thành một việc và đưa ra những lời động viên, khích lệ chúng. Việc khích lệ cần làm đều đặn khi trẻ học được các kỹ năng và tăng sự tự tin. Trước khi dạy, bạn cần quyết định bạn và trẻ sẽ tiến xa tới đâu.

Nếu bạn không quyết định được mục tiêu của mình thì bạn sẽ giống cô bé Alice lạc vào xứ sở thần tiên, khi con mèo Cheshire hỏi cô muốn "đi đâu". Cô ấy trả lời "không quan tâm lắm về nơi sẽ tới", chú mèo đã nói rằng "vậy thì quan tâm làm gì nhiều tới con đường mà cô chọn."

BẠN SẼ ĐI TỚI ĐÂU?

Bảng Tiến bộ việc nhà dưới đây được thiết kế để giúp xác định những gì bạn mong muốn con mình sẽ học được trước khi bước vào đời. Bước đầu tiên là lập bảng và một tờ theo dõi; có thể cắt bớt hoặc thêm vào bảng cho phù hợp với hoàn cảnh. Hãy nhớ, không để ý thì chúng ta sẽ thường quên mất cách dạy đứa nhỏ những gì mà chúng ta đã dạy cho đứa lớn hơn. Cũng như vậy, chúng ta sẽ quên dạy con trai làm một vài việc nhà và quên dạy con gái một vài kỹ năng sửa chữa đơn giản, ta cứ chắc rằng chúng sẽ gặp được người bạn đời có thể giải quyết được những phần khiếm khuyết này. Nhưng chúng tôi thấy rằng cả bé gái và bé trai sẽ được lợi từ việc học hỏi công việc của hai giới. Trẻ có khuyết tật cũng nên học càng nhiều kỹ năng mà chúng có thể thành thạo được càng tốt.

Dù Bảng Tiến bộ việc nhà về cơ bản bao gồm các trách nhiệm làm việc nhà nhưng nên ưu tiên cho trẻ hoàn thành việc học tập tại trường. Bạn có thể cũng muốn thêm vào bảng một vài kỹ năng liên quan tới việc mua bán và có thêm sự giúp đỡ khác từ các giáo viên cho việc học đánh máy, bọc đệm, sửa chữa điện và những việc tương tự.

Giờ hãy xem qua bảng sau và quyết định xem bạn muốn con mình phát triển kỹ năng nào. Có rất nhiều kỹ năng được đưa ra, nhưng sẽ hiệu quả hơn khi chọn ba nhóm kỹ năng trước, rồi nghiên cứu thật kỹ và hãy chọn một kỹ năng mà bạn muốn dạy cho con trong mỗi nhóm kỹ năng đó; hoặc bạn có thể chọn cả ba kỹ năng trong cùng một nhóm. Nếu bạn có nhiều con sàn sàn tuổi nhau, bạn có thể lập chúng thành một đội, hoặc có thể dạy từng đứa một. Một số kỹ năng chỉ cần giới thiệu, sau đó sẽ dạy chúng thành thục sau. Con bạn được làm quen với một kỹ năng khi chúng quan sát người khác thực hiện, đặt câu hỏi hay làm một phần việc. Trẻ làm thành thục khi chúng tự hoàn thành công việc đó ít nhất ba lần. Hãy nhớ rằng Bảng Tiến bộ việc nhà chỉ là một hướng dẫn (không phải là bài kiểm tra) giúp bạn đặt mục tiêu cho gia đình. Vài mục được liệt kê ra đây có thể không quan trọng với bạn và bạn có thể thêm vào các kỹ năng khác mà bạn muốn. Tùy ý bạn, hãy thoải mái đánh giá và tưởng tượng.

BẢNG TIẾN BỘ VIỆC NHÀ

1. Viết tên gọi ở nhà của con cạnh kỹ năng mà bạn muốn hướng dẫn con. Có đủ chỗ cho nhiều đứa trẻ.

2. Khi con đã thành thạo một công việc nào đó, hãy dùng gạch chéo lên tên con. Ví dụ: Hoa - làm sạch ngăn tủ (6-14).

3. Những chữ số được in sau mỗi kỹ năng đại diện cho độ tuổi sớm nhất để làm quen với kỹ năng đó và tuổi mà bạn có thể hi vọng trẻ làm thành thục. Dĩ nhiên, mỗi đứa trẻ đều rất khác nhau và bạn cần linh hoạt với từng độ tuổi, xem xét kinh nghiệm của chính bạn và những sự trợ giúp sẵn có như bạn bè và những đứa trẻ khác, cũng như sự tự tin và trưởng thành của con bạn.

4. Sử dụng một bảng tương tự cho cả bé gái lẫn bé trai vì chúng ta không thể chắc chắn kỹ năng nào là cần thiết chỉ cho con gái hoặc con trai. Ví dụ: Phillis và con gái của cô (10 tuổi) cùng xem Bảng

Tiến bộ việc nhà và chọn một kỹ năng từ ba nhóm kỹ năng khác nhau.

Nhóm kỹ năng - Kỹ năng

Kỹ năng sử dụng tiền - Lập một tài khoản kiểm tra

Nấu ăn - Chọn và chuẩn bị trái cây tươi và rau xanh

Định hướng và di chuyển - Đón xe buýt

Bằng cách lựa chọn ba kỹ năng để học tập và phát triển, trẻ sẽ không bị quá tải, và có thể đạt được mục tiêu rất nhanh. Ở cuối chương này, chúng tôi sẽ giải thích Ba yếu tố giảng dạy để giúp bạn về cách đạt được mục tiêu.

Những kỹ năng chăm sóc cá nhân

_ Mang đồ ngủ ra khu vực giặt là (2-4)

_ Dọn dẹp đồ chơi (2-6)

_ Tự thay quần áo (2-4)

_ Chải đầu (2-5)

_ Rửa mặt, rửa tay (2-5)

_ Đánh răng (2-5)

_ Dọn dẹp phòng ngủ (2-8)

_ Mặc quần áo (3-6)

_ Chuẩn bị giường ngủ (3-7)

_ Làm sạch, cắt móng tay, móng chân (5-10)

_ Dọn dẹp phòng tắm sau khi sử dụng (6-10)

_ Gội đầu và sấy tóc (7-10)

_ Chải đầu (10-16)

_ Mua đồ dùng cá nhân (11-18)

Những kỹ năng bảo quản quần áo

_ Làm sạch túi đựng đồ giặt (trong máy giặt),

_ Để quần áo bẩn vào nơi quy định (4-8)

_ Cất quần áo sạch (5-9)

_ Dọn tủ đựng đồ (6-14)

_ Dọn nhà vệ sinh cá nhân (6-16)

_ Gập, chia đồ sạch đã giặt (8-16)

_ Phơi quần áo ra nắng (8-16)

_ Gấp quần áo gọn gàng, không để bị nhăn (8-16)

_ Tự đánh giầy (8-18)

_ Giặt quần áo bằng máy giặt (9-16)

_ Dùng máy sấy quần áo (9-16)

_ Làm sạch chỗ đựng sơ vải và thiết bị lọc trong máy giặt (10-16)

_ Tự mua quần áo (11-18)

_ Làm sạch đơn giản các vết ố như máu, dầu, cà phê, trà, soda... (12-18)

_ Giặt giầy vải/giầy mùa đông (12-18)

_ Là quần áo (12-18)

_ Giặt đồ lót, đồ lụa hay len bằng tay (12-18)

_ Đơm khuy áo, quần (12-17)

_ Sắp xếp quần áo theo màu, quần áo bẩn, loại vải (8-18)

_ Đưa quần áo vào máy làm sạch (đối với áo quần chuyên giặt khô)

_ Khâu vá đơn giản (12-18)

Những kỹ năng trong gia đình

_ Lau sạch bàn ăn (2-5)

_ Lau sạch nếu bị rớt đồ uống, chất lỏng (3-10)

_ Làm sạch các vật dụng (3-12)

_ Bày bàn ăn (3-7)

_ Dọn bàn ăn (3-13)

_ Dọn sạch rác trong vườn (4-10)

_ Rũ thảm nhỏ (4-8)

_ Làm sạch vết bẩn trên tường (4-12)

_ Lau sạch các cánh cửa (4-12)

_ Lau sạch màn hình ti-vi và gương (4-8)

_ Cho vật nuôi trong nhà ăn (5-10)

_ Làm sạch nhà vệ sinh (5-8)

_ Cọ bồn rửa mặt và vòi tắm (5-12)

_ Đổ rác (4-10)

_ Làm sạch hiên nhà, hành lang, lối đi (4-10)

_ Làm sạch và lau các ghế ngồi trong nhà (6-11)

_ Nhận biết sự khác nhau và cách sử dụng các loại máy hút bụi trong nhà (6-14)

_ Sử dụng máy rửa bát (6-12)

_ Rửa và lau khô bát đĩa (6-12)

_ Làm sạch lược và các loại bàn chải (6-8)

_ Cọ nhà tắm (6-12)

_ Lau sàn nhà (6-13)

_ Sử dụng máy hút bụi (7-12)

_ Làm sạch chỗ ở của vật nuôi trong nhà (chó, mèo...) và bát ăn của chúng (7-13)

_ Xử lý các mảnh giấy ghi tin nhắn điện thoại (7-12)

_ Dùng chổi và hót rác (8-12)

_ Hút bụi các ghế bọc và ga (8-14)

_ Tưới các loại cây trồng trong nhà (8-14)

_ Tưới cỏ (thảm cỏ) (8-14)

_ Biết gập chăn gọn gàng (8-14)

_ Biết rửa xe hơi (có thể là xe máy) (8-16)

_ Dọn vườn (9-13)

_ Thay ga trải giường (10-13)

_ Thay bóng đèn, có hiểu biết cơ bản về điện năng (10-15)

_ Dọn dẹp lò sưởi[1] (10-15)

_ Đánh bóng các đồ ăn bằng sứ và đồ bằng bạc (11-15)

_ Thay cầu chì hoặc biết nơi đặt cầu dao điện (11-18)

_ Tra dầu vào các cửa bị khô dầu (12-18)

_ Thay vòng đệm (gioăng) và túi chứa bụi của máy hút bụi (12-15)

_ Cắt, tỉa cây cối (12-18)

_ Cắt cỏ (12-16)

_ Đánh vec-ni cho đồ gỗ (14-18)

_ Làm sạch các cửa sổ (13-18)

_ Biết gọi điện thoại đường dài (13-17)

_ Biết gọi các cuộc gọi nước ngoài (mà người nhận trả tiền) (13-18)

_ Thông ống nước thải trong nhà bằng hóa chất hoặc pít-tông (13-18)

_ Biết cách lắp khóa (14-18)

_ Biết thay dây điện (14-18)

_ Làm sạch tường (14-18)

_ Làm sạch sàn nhà (14-18)

_ Cọ sạch nhà tắm (14-18)

_ Thay và sửa vòi nước (15-18)

_ Biết có vấn đề gì với các thiết bị gia đình (16-18)

Kỹ năng nấu ăn

_ Biết những nhóm thức ăn cơ bản và giá trị dinh dưỡng của các nhóm đó (5-14)

_ Nhặt các loại rau (6-16)

_ Pha đồ uống (6-9)

_ Làm bánh sandwich (6-12)

_ Pha súp đóng hộp (7-12)

_ Đọc công thức nấu ăn (7-12)

_ Đo lường chính xác (7-14)

_ Làm thạch (7-12)

_ Đóng gói một bữa ăn trưa (để mang đi ăn trưa ở trường) (7-12)

_ Luộc trứng (7-13)

_ Rán, ốp trứng (9-13)

_ Phân biệt được thức ăn ăn được và thức ăn đã hỏng (10-18)

_ Nướng bánh từ bột pha sẵn (10-14)

_ Nấu các loại rau đóng gói sẵn, rau đông lạnh (10-13)

_ Trộn bột làm bánh (10-17)

_ Đọc các thành phần dinh dưỡng trên nhãn các gói thực phẩm (10-15)

_ Lập thực đơn một bữa ăn đầy đủ dinh dưỡng (10-15)

_ Lựa chọn và chuẩn bị các trái cây tươi và rau tươi (10-18)

_ Nướng các loại bánh quy (10-16)

_ Làm bánh xốp, bánh quy (11-17)

_ Làm salad trộn (11-15)

_ Làm đồ uống nóng (12-16)

_ Nướng bánh hamburger (12-16)

_ Làm món bò bít tết (12-16)

_ Nướng bánh mỳ (12-17)

_ Làm salad hoa quả (13-15)

_ Dọn sạch tuyết đóng trong tủ lạnh (12-18)

_ Làm món thịt hầm (14-18)

_ Làm sạch lò vi sóng và lò sấy (15-18)

_ Thái thịt (15-18)

_ Lên kế hoạch và mua đồ ăn cho một tuần (15-18)

_ Dọn tủ lạnh hoặc tủ đông (15-18)

_ Làm món thịt quay (15-18)

_ Rán gà (16-18)

Những kỹ năng sử dụng tiền bạc

_ Nhận biết các mệnh giá tiền (5-12)

_ Sử dụng các khoản tiền tiêu vặt (5-12)

_ Đổi tiền và đếm đủ số tiền đổi (8-11)

_ So sánh chất lượng và giá cả (8-12)

_ Tiết kiệm hoặc kiểm tra các tài khoản ngân hàng (10-18)

_ Lên được kế hoạch chi tiêu đơn giản (12-18)

_ Viết chi phiếu (14-18)

_ Cân bằng sổ thanh toán (14-18)

_ Hiểu các loại hóa đơn cần phải thanh toán: tiền thuê nhà, điện, nước, điện thoại... (15-18)

_ Sử dụng thẻ tín dụng đúng cách (16-18)

Kỹ năng di chuyển và sử dụng các phương tiện giao thông công cộng

_ Biết đọc địa chỉ (4-6)

_ Biết số điện thoại (4-6)

_ Làm sạch nội thất của xe hơi (8-14)

_ Đón xe buýt hoặc taxi (8-16)

_ Biết tra dầu cho xe đạp (9-14)

_ Sửa và thay bánh xe đạp (10-15)

_ Rửa xe hơi (10-17)

_ Đọc bản đồ (7-14)

_ Đổ xăng cho xe hơi (xe máy) (15-18)

_ Kiểm tra dầu máy (15-18)

_ Làm mát bộ tản nhiệt của xe (16-18)

_ Bơm lốp xe (16-18)

_ Lái xe (16-18)

Những kỹ năng khác

_ Thực hiện các cuộc gọi khẩn cấp như gọi cấp cứu, cảnh sát, cứu hỏa (5-12)

_ Học bơi (5-14)

_ Mượn sách từ thư viện (6-10)

_ Biết những bước sơ cứu đơn giản (10-18)

_ Hiểu cách sử dụng thuốc và mức độ nghiêm trọng của việc lạm dụng thuốc (10-18)

_ Lên kế hoạch cho một bữa tiệc nhỏ (12-18)

_ Treo các đồ vật lên tường (12-18)

_ Phân biệt được sự khác nhau giữa sơn cao su, sơn bóng, sơn gỗ và sơn phủ (12-18)

_ Quét sơn một căn phòng (12-18)

_ Đánh máy (14-18)

_ Thay lò sưởi (lò điện) hay thay bộ lọc điều hòa không khí (14-18)

_ Sắp xếp dọn dẹp nhà cửa đón mùa xuân (15-18)

_ Làm sạch bình đun nước nóng và gọi thay ga (16-18)

_ Lấp đầy những lỗ trên tường bằng bột trét (16-18)

_ Làm sạch các loại thảm (16-18)

LẬP KẾ HOẠCH ĐỂ ĐẠT ĐƯỢC MỤC TIÊU

Lập Bảng Tiến bộ việc nhà sẽ giúp thấy rõ những kỹ năng con bạn đã thành thục, những kỹ năng cần được củng cố và những kỹ năng mà bạn cho rằng trẻ cần học. Bảng này sẽ giúp bạn biết bắt đầu từ đâu để lập ra những mục tiêu cụ thể. Hãy xem xét mức độ trưởng thành của trẻ: Liệu con của tôi có thể thực hiện được kỹ năng này xét về mặt thể chất, tinh thần và tình cảm hay không? Xem xét thời gian yêu cầu: Trẻ có quá bận rộn với một lịch học dày đặc ở trường, lớp học khiêu vũ hay là các lớp học nhạc không? Xem xét tới những sức ép công việc của chính cha mẹ: Liệu bạn có quá bận với công việc tại công sở để thu xếp thời gian dạy con không? Hãy linh hoạt với kế hoạch khi các điều kiện thay đổi.

Lịch học ở trường, các kỳ nghỉ đông và nghỉ hè dài có thể là lúc dành cho các chuyến đi và các hoạt động khác. Hàng ngày, hãy chú trọng vào việc duy trì những công việc thông thường hàng ngày và những kế hoạch đơn giản trong vòng một ngày, như làm salad trộn hay kiểm tra dầu xe hơi. Có thể sử dụng kỳ nghỉ để dạy con những kỹ năng phức tạp hơn như làm vườn, đọc bản đồ hay may vá. Vào tháng Sáu, bạn có thể đặt ra các mục tiêu và lên kế hoạch dạy các kỹ năng bạn định lồng ghép vào những trò chơi trong mùa hè để trẻ học nhiều kỹ năng khác nhau như tự chăm sóc bản thân, làm việc nhà, sử dụng tiền...

PHÁT TRIỂN MỘT MỤC TIÊU KHẢ THI

Một giáo viên tập sự phàn nàn về công việc tẻ nhạt đặt mục tiêu cho các học sinh mới. Tuy thế, cô nhanh chóng nhận ra rằng quá trình viết ra những mục tiêu có thể làm sáng rõ phạm vi của mục tiêu. Công việc trở nên dễ dàng hơn, cô nhận ra rằng một mục tiêu sẽ dễ dàng đạt được nếu bao

gồm ba yếu tố giáo dục sau đây: (1) hành vi mong muốn; (2) những điều kiện cần; (3) tiêu chuẩn được mong đợi. Ba điều này có thể áp dụng tại gia đình. Bạn không cần phải viết ra những mục tiêu và kế hoạch như các giáo viên, nhưng nếu bạn có vấn đề với việc đạt được mục tiêu của mình thì sẽ tốt hơn nếu như bạn quay lại nghiên cứu ba yếu tố này để biết mình đã bỏ lỡ điều gì.

BA YẾU TỐ GIẢNG DẠY

Hành vi hoặc hành động	Việc sẽ được thực hiện là gì? ***Mark sẽ lau dọn phòng khách.***
Những điều kiện	Thiết bị cần dùng cho công việc là gì? ***Mark sẽ dùng khăn lau và bình xịt hiệu "Maid Basket" để làm bóng đồ vật.*** Việc này được thực hiện khi nào? ***Việc lau dọn sẽ được thực hiện sau bữa sáng ngày thứ Bảy.***
Tiêu chuẩn	Việc đó thực hiện thế nào là tốt? Ai sẽ kiểm tra kết quả công việc? ***Mẹ sẽ thỉnh thoảng kiểm tra và không thấy còn bụi trên các đồ vật***

Các hành động, điều kiện và tiêu chuẩn đưa ra thường đa dạng để phù hợp với độ tuổi của trẻ và độ khó của kỹ năng. Ví dụ, lau bụi một căn phòng rộng (và ít đồ đạc) với các đồ đạc theo kiểu dáng hiện đại không đòi hỏi sự trưởng thành của trẻ hay kỹ năng giống như lau bụi cho một căn phòng với nhiều mái vòm và đồ trang trí. Không kể tới tính chất công việc, nếu một đứa trẻ hiểu rõ nhiệm vụ, biết sử dụng thiết bị cần thiết, biết thời gian cụ thể hoàn thành công việc và biết kết quả cuối cùng phải là gì, thì thành công

gần như là chắc chắn. Nếu bạn nói rõ ràng ý mình thì trẻ thường sẽ làm đúng như thế.

Sử dụng bảng này sẽ giúp bạn tính đến ba yếu tố cần thiết để đạt được mục tiêu đề ra.

BA YẾU TỐ GIẢNG DẠY

Hành vi hoặc hành động	Việc sẽ được thực hiện là gì?
Những điều kiện	Thiết bị cần dùng cho công việc là gì? Việc này được thực hiện khi nào?
Tiêu chuẩn	Việc đó thực hiện thế nào là tốt? Ai sẽ kiểm tra kết quả công việc?

NHỮNG VÍ DỤ VỀ VIỆC ĐẶT MỤC TIÊU

Những ví dụ dưới đây sẽ làm rõ cho việc sử dụng hiệu quả ba yếu tố giáo dục trên. Vicky quyết định rằng con gái Shirley 8 tuổi của cô sẽ biết cách dọn bàn ăn, lau chùi các vật dụng trong nhà và nhổ cỏ cho những luống hoa trong vườn, đó là những kỹ năng mà cô bé cần biết trong ba tháng tới. Vì Vicky phải đi làm cả ngày nên cô sẽ dạy con gái các kỹ năng này vào mỗi thứ Bảy. Trong khi chở con gái từ lớp học đàn piano về nhà, Vicky nói với cô bé: "Shirley, dạo này con đã giúp mẹ rất nhiều việc nhà và

đang làm những việc đó rất tốt, mẹ nghĩ con đã sẵn sàng để học thêm một vài công việc mới. Mẹ đang nghĩ tới ba việc. Con thích chọn việc nào để thử trước? Dọn bàn ăn bữa tối, có thể trang trí nến và hoa tươi để bàn ăn đẹp và lung linh hơn; nhổ cỏ cho luống hoa ở sân trước nhà mình, mỗi tuần làm một ít; hay con muốn học cách lau chùi các vật dụng trong phòng khách bằng bình xịt làm bóng?" Vicky nói về các công việc này với vẻ rất hấp dẫn, sau đó cô để con gái tự đưa ra lựa chọn. Vì Vicky biết con gái cô cần học kỹ năng nào nên cô đưa ra một mục tiêu rõ ràng để đảm bảo có cả ba yếu tố giáo dục đã nêu.

Shirley quyết định sẽ học cách nhổ cỏ cho các luống hoa, vì thế hai mẹ con kiếm một sợi dây để chia nhỏ diện tích miếng đất khoảng 1,2m^2 ra. Khi cô bé biết nhổ cỏ theo từng khoanh đất thì công việc được hoàn tất. Cô làm việc cùng con gái vào hai thứ Bảy đầu tiên để đảm bảo rằng hoa không bị nhổ lẫn với cỏ. Sau năm tuần, những luống hoa trông rất đẹp và chỉ cần dọn một chút vào mỗi thứ Bảy. Vicky bảo Shirley rằng những luống hoa trông thật đáng yêu và công việc mà cô bé hoàn thành thật tuyệt vời. Thỉnh thoảng, Vicky lại trực tiếp cùng làm với cô bé một lúc để khích lệ con gái.

Bạn muốn đặt mục tiêu rèn luyện cho đứa con trai 10 tuổi của mình. Cậu bé đã khá thành thục trong việc chăm sóc bản thân và sẵn sàng làm một số việc nhỏ, như dọn bàn ăn và hút bụi, nhưng phòng ngủ của cậu thì luôn bừa bộn và cậu lại tỏ ra thích nấu ăn. Hai mục tiêu cơ bản ở đây là giúp cậu dọn dẹp phòng ngủ gọn gàng và học một số kỹ năng nấu nướng cơ bản. Hãy đặt hai hay ba mục tiêu cụ thể, ngắn hạn có thể hoàn thành trong vòng một tháng. Bí kíp ở đây là đặt ra các công việc có thể hoàn thành bằng cách hỏi "Việc gì có thể dễ dàng thực hiện mà lại gần gũi với các mục tiêu chính kia?" Các mục tiêu có thể là:

Phòng ngủ

- Làm một bảng thành tích cho việc dọn giường và dọn phòng.
- Giúp người lớn một lần một tuần.
- Sơn lại phòng ngủ của cậu bé.
- Chuyển máy khâu và vải vóc ra khỏi phòng của cậu.

Bếp

- Hãy cùng nhau làm món cá ngừ với bánh mì sandwich.
- Chuẩn bị món salad với xà lách xoăn.
- Hướng dẫn cậu cách làm bánh từ bột trộn sẵn.

Khi đưa ra những mục tiêu này, hãy chắc chắn bạn dựa trên ba yếu tố giáo dục trên, vì thế bạn và con trai có thể cùng hiểu rõ những gì được trông đợi, những đồ dùng cần thiết và thời gian cậu sẽ thực hiện việc đó. Hãy nhớ rằng điều này có thể được ghi chính thức vào giấy hoặc cũng có thể chỉ cần trao đổi bằng miệng.

Tiếp tục đặt các mục tiêu

Hầu hết mọi người đều đặt mục tiêu tuần và tháng tại nơi làm việc, vậy sao chúng ta không đặt mục tiêu tương tự tại nhà? Khi có mục tiêu lâu dài dạy trẻ làm việc nhà, bạn có thể đặt mục tiêu theo năm và theo quý. "Mùa hè này tôi sẽ bắt đầu dạy con gái cách khâu vá". Hãy để trẻ tham gia vào những quyết định này. Việc ép buộc hay ra lệnh chỉ khiến trẻ bất hợp tác và chống đối.

Hãy để trẻ tham gia vào việc đặt ra các mục tiêu cá nhân. Một ông bố thường hỏi các con của mình vào mỗi tối thứ Sáu hàng tuần câu hỏi: "Kế hoạch cuối tuần này của các con là gì?" Ông nói rằng việc đó phải mất nhiều tháng, nhưng giờ chúng đã ít xem ti-vi hơn và tập trung vào những việc mà chúng "thực sự" muốn làm. Tài năng là "những sở thích" được nuôi dưỡng. Việc đặt mục tiêu sẽ giúp tài năng phát triển.

Khi đọc cuốn sách này, bạn đừng cảm thấy gánh nặng trách nhiệm vì con đang không làm những việc như ý bạn muốn. Đây không phải một xã hội không tưởng, thậm chí cũng không phải nhà Monson hay McCullough. Nếu bạn nghĩ rằng những đứa trẻ nhà chúng tôi không cần quát tháo, thúc giục hay không cố trốn việc thì bạn đã nhầm. Cần có thời gian để bẻ gẫy thói lười biếng và cẩu thả. Nhiều bậc cha mẹ tỏ ra ngạc nhiên vì tới nhà chúng tôi mà nhà cửa bề bộn, chúng tôi đang quát nạt bọn trẻ để chúng làm việc. Nếu có được một danh sách những mục tiêu rõ ràng và thực hiện từng mục tiêu một, chúng ta sẽ không còn phải lo lắng về mọi thứ trong cùng một lúc. Mục tiêu sẽ làm giảm sức ép. Nhưng đôi khi trẻ thực hiện công việc và chúng ta nhìn thấy sự tiến bộ; như lần đầu Melea làm thành công món trứng ốp la tuyệt đẹp hay khi Wes nói: "Để con rửa xe cho mẹ nhé".

Thật tuyệt khi chúng ta tham dự cuộc họp phụ huynh và các thầy cô nói rằng con cái của chúng ta không hề nhút nhát khi phải trình bày một vấn đề trước cả lớp hay chúng chẳng hề lo sợ khi bắt tay vào một dự án mới. Con cái chúng ta không đạt tới sự hoàn hảo nhưng chúng không phải là những cô cậu như Annie. Quá trình đặt mục tiêu này thật sự thú vị và mang lại kết quả.

Trẻ cần thực hành nhiều lần một công việc nào đó, đôi khi thậm chí là học lại một vài điểm. Đưa ra nhiều lựa chọn: "Bố/mẹ phải sơn xong trước khi cơn bão tới Charlie ạ, nên con có thể làm món sandwich cho bữa trưa giúp bố/mẹ được không?" Chúng cũng cần học cách kiên trì với một nhiệm vụ mới. Đó sẽ là lúc một bảng ngôi sao (bảng dùng để khích lệ trẻ, khi trẻ hoàn thành một việc thì sẽ dán một ngôi sao vào một ô trên bảng) hay phương pháp phản hồi bằng hình ảnh khác có hiệu quả. Hãy nhớ rằng trường học quan trọng nhất mà con bạn tham gia chính là ở nhà. Hãy động viên và khích lệ một cách thoải mái, hãy tán thưởng ngay cả với một thành tích nhỏ. Tính tự tôn có được thông qua quá trình làm việc thuần thục ở trẻ. "Shirley này, lúc con nhổ cỏ những luống hoa, mẹ cảm thấy như có một người phụ nữ nữa đang giúp mẹ vậy!" Hãy lắng nghe khi con bạn bày tỏ cảm nhận về thất bại hay thành công. Hãy dựa vào những thành công con bạn có được trước kia khi bạn khích lệ chúng đạt được những mục tiêu trong tương lai.



CHƯƠNG 2
Hiểu biết về các "mùa học tập"

THỜI ĐIỂM DẠY CHO TRẺ VỀ KẾ HOẠCH

Thời điểm tốt nhất để dạy một kỹ năng cụ thể cho trẻ là khi nào? Các giai đoạn học tập của trẻ có thể được chia ra làm ba giai đoạn. Các ông bố bà mẹ là những giáo viên giỏi, có cơ hội đưa ra cho trẻ phương pháp rèn luyện hay nhất mà trẻ sẽ luôn sử dụng. Hiểu rõ những giai đoạn học tập này sẽ giúp các bậc cha mẹ tập trung vào một kế hoạch hiệu quả để sử dụng tối đa 32.234 giờ mà họ phải dạy con trong suốt 18 năm ở nhà. Ba giai đoạn học tập đó là:

1. Giai đoạn Mùa Xuân: 2 - 5 tuổi
2. Giai đoạn Mùa Hè: 5 - 12 tuổi
3. Giai đoạn Mùa Thu: 13 - 18 tuổi

GIAI ĐOẠN MÙA XUÂN - CÓ ĐƯỢC SỰ TỰ TIN, BIẾT VÂNG LỜI VÀ BIẾT LÀM NHỮNG CÔNG VIỆC CƠ BẢN HÀNG NGÀY (TỪ 2 - 5 TUỔI)

Đặc trưng của giai đoạn đầu tiên là "để con làm" của các bé trước khi tới trường. Đây là thời điểm tạo lập nền tảng cho tình yêu thương, sự quyết tâm và sự tự tin "con có thể làm được". Trẻ chủ động và tự nguyện làm. Khi những cậu bé, cô bé chưa tới tuổi đến trường này bày tỏ mong muốn làm điều gì đó, hãy khuyến khích bé tự làm mặc dù khiến bạn tốn nhiều thời gian hơn. Nếu trẻ muốn rửa bát, dọn sạch gạt tàn và lau bàn, thì hãy để chúng làm. Phần thưởng cho sự kiên nhẫn này sẽ tới khi đứa trẻ lớn hơn và bạn muốn chúng làm những việc đó. Sarah Monson, gần hai tuổi, quan sát thấy mẹ, Sue, lau bụi bằng một chiếc tất cũ. Vài ngày trước đó họ đã đi thăm bảo tàng nghệ thuật thành phố và nhìn thấy cuộc trình diễn của Các chú rối phố Vừng (Sesame Street Muppets)[(1)].

Điều này khiến Sarah kết hợp cả hai điều mà cô bé thấy lại với nhau bằng cách đeo chiếc bít tất vào tay và nói: "Hãy nhìn chú Rối lau bụi của con này." Để tăng cường trí sáng tạo của cô bé, Sue đã vẽ một khuôn mặt chú rối bằng vài nét đơn giản lên chiếc bít tất. Sự tự tin của Sarah tăng lên. Đó là trò chơi lau sạch các chân ghế, chân bàn và các thành của chiếc đàn piano với người bạn rối nhỏ của cô bé. Cứ cho là cô bé không làm được hết công việc lau chùi nhưng cô bé đã có kinh nghiệm trợ giúp mẹ thật vui và tích cực. Nền tảng công việc đã được hình thành.

Trong khi xây dựng sự tự tin cho trẻ, có một bài học quan trọng cho trẻ chưa tới trường, đó là: nghe lời. Nghe lời có được từ việc tuân thủ những yêu cầu thực tế. Khi bạn nói đã tới giờ cất đồ chơi, thì bạn cần phải thấy bọn trẻ thực hiện những gì bạn yêu cầu, ngay cả khi điều đó có nghĩa là ngưng công việc của bạn một chút và giúp đỡ trẻ. Sự nghe lời có thể được dạy dỗ. Ngay cả bọn trẻ nhỏ cũng cần phải biết rằng gia đình có quy định. Tonya và Sally nghĩ rằng sẽ rất thích nếu tháo giầy và tất ra, rồi chạy chân trần khắp nơi. Đó là một trò vui có thể chấp nhận được trong mùa hè,

nhưng với những ngày đông giá lạnh thì không thể được. Ngay cả khi mới hai tuổi, các cô bé cũng cần hiểu một quy tắc trong thời tiết giá lạnh: "Khi các con tự ý bỏ giầy và tất thì con phải ngồi và chơi ở trên giường." Điều này có thể dẫn tới hai phản ứng khác nhau, cha mẹ dẫn trẻ tới giường ngủ và đặt chúng lên đó. Các quy tắc đã được làm rõ. Những lời giảng giải sẽ được đưa ra cho cả hai cô bé. Chúng sẽ được cảm nhận sàn nhà và tường lạnh giá bằng hai bàn tay, được nhắc nhở rằng không xuống hồ bơi vào mùa đông, và áo len, áo khoác sẽ được mặc vào những ngày lạnh. Liệu thế có là quá nhiều không? Không hề. Những lời ấy là không thừa bởi vì đó không phải là la rầy, dọa nạt hay làm mất tự tin như khi nghe câu: "Đi ngay giầy vào." Sự hướng dẫn đúng mực và ân cần sẽ giúp các cô bé học cách nghe lời. Về việc kiên trì khi dạy trẻ vâng lời ở giai đoạn này, cha mẹ nên hiểu rằng trẻ không hình dung ra được một khái niệm trừu tượng như "thời tiết giá lạnh". Các cô bé cần được giảng giải về điều này. Đây là thời điểm rất cần sự nhẫn nại, ân cần. Cũng nên biết rằng trẻ thường cần sự giúp đỡ của cha mẹ và làm theo những chỉ dẫn cho tới khi được 6 đến 7 tuổi.

Tiếp theo, các bạn nhỏ của chúng ta sẽ học những *khái niệm cơ bản* về sự ngăn nắp, như dọn giường ngủ, cất gọn đồ chơi và một thời gian biểu cho các việc chăm sóc cá nhân, như tắm, đánh răng và chải đầu. Những việc này cần phải làm hàng ngày. Một sáng kiến khuyến khích trẻ giữ các thói quen hàng ngày được giải thích tại trang 120. Trò chơi các ngón tay làm việc vặt.

GIAI ĐOẠN MÙA HÈ - HƯỚNG DẪN, THÀNH CÔNG VÀ SỰ KIÊN NHẪN (5 - 12 TUỔI)

Khi con của bạn lớn hơn, chuyển sang giai đoạn Mùa Hè khoảng từ 5 tuổi trở lên, việc luyện tập sẽ tập trung vào:

1. Dạy các công việc cụ thể
2. Tăng cường cảm nhận về thành công
3. Yêu cầu thực hiện công việc thường xuyên

Trẻ vẫn duy trì việc chăm sóc vệ sinh hàng ngày và dọn dẹp phòng ngủ ở giai đoạn Mùa Xuân, nhưng giờ chúng đã sẵn sàng cho việc huấn luyện cụ thể những việc vặt khác trong gia đình. Bạn sẽ thấy những cậu bé cô bé

từ 5 tới 12 tuổi là những công nhân tuyệt vời nhất. Độ khó trong công việc của chúng sẽ thay đổi liên tục trong suốt bảy năm này, nhưng đây chính là giai đoạn huấn luyện quan trọng. Sau khi vào học cấp hai, trẻ sẽ phải dành nhiều thời gian cho việc làm bài tập ở trường, chơi các môn thể thao, tham gia các hoạt động xã hội và các hoạt động nhóm.

Gia đình McCullough bắt đầu việc huấn luyện cơ bản vào lúc 5 tuổi, họ giới thiệu với các con những công việc của buổi sáng và buổi tối. Trẻ làm việc vặt trong cả tuần, học cách thực hiện một việc thuần thục trước khi chuyển sang việc khác. Những cảm giác thành công bắt nguồn từ việc giữ vững những bước học tập nhỏ, hãy đảm bảo rằng ba yếu tố giáo dục (hành động, thời gian, thiết bị cần thiết và tiêu chuẩn) được đáp ứng, đưa ra nhiều cơ hội thực hành cũng như những lời khen cho trẻ. Việc thực hiện thường xuyên là yêu cầu bắt buộc và trẻ cần nếm trải hậu quả xảy ra theo quy luật tự nhiên hoặc theo logic nếu công việc đó không được hoàn thành. Việc kiểm tra thường xuyên và theo dõi của cha mẹ là cần thiết.

Vincent đưa ra cho chúng tôi một ví dụ về hướng dẫn, cảm giác thành công và luyện tập sự kiên trì ở giai đoạn Mùa Hè, trường hợp của con trai cô, Erin - cậu bé thường quên cho chú chó uống nước. Cô rất nghiêm túc, bỏ đá vào các cốc trên bàn ăn. Cả gia đình cô bắt đầu tụ họp và chuẩn bị ăn tối, còn cô chắc chắn việc cô định làm sẽ được con tuân theo. Erin nhận ra cốc của cậu trống rỗng. "Ơ, mẹ, mẹ quên bỏ đá cho con," cậu bé phàn nàn. Vincent nhẹ nhàng đáp lại: "Ô, mẹ nghĩ vì Barnie (tên chú chó) không có nước uống thì với con thiếu một cốc nước trong bữa ăn cũng không quá quan trọng." Không cần phải nói thêm. Erin nhanh chóng chạy ra cho con chó uống nước. Sử dụng thời gian trước lúc ăn tối để nhắc nhở Erin tỏ ra rất hiệu quả, bởi vì Erin được huấn luyện cho chó uống nước hàng ngày và công việc đó thì chỉ tốn của cậu năm phút thôi. Trong khi Erin cho con chó uống nước thì cốc của cậu đã được bỏ đá và đổ đầy nước. Khi quay vào nhà, với công việc đã hoàn tất, cậu có ngay hai phần thưởng - một cảm giác được chấp nhận và cảm giác thành công. Đây chính là một kinh nghiệm đáng nhớ. Một đứa trẻ ít hợp tác hơn Erin có thể từ chối mang nước cho con chó ngay lúc đó. Nếu vậy, chỉ cần theo các bước thông qua một suy luận logic, để cậu ta ăn cơm mà không có nước uống. Để đạt được hiệu quả cao hơn, lúc đó hãy chọn một loại nước ngọt mà cậu ưa thích rồi rót cho mọi người, trừ cậu.

Khi gần tới sinh nhật lần thứ 12, trẻ sẽ trở nên tự lập hơn. Chúng đã

trải qua cảm giác thành công khi học hỏi được nhiều kỹ năng mới, chúng đã làm việc theo những nguyên tắc cơ bản thông thường mà ít cần đến sự theo sát của cha mẹ hơn, chúng đã có được sự tự tin nhất định và sẵn sàng chuyển sang giai đoạn Mùa Thu.

GIAI ĐOẠN MÙA THU - ĐỘC LẬP VÀ TRÁCH NHIỆM (TỪ 13 - 18 TUỔI)

Giai đoạn Mùa Thu từ tuổi 13, trẻ rất thích nói với câu đặc trưng "Con có thể làm được việc đó." Do việc xây dựng dựa trên sự trưởng thành từ giai đoạn Mùa Xuân và giai đoạn Mùa Hè, nên tính tự lập và trách nhiệm đóng vai trò mạnh mẽ hơn. Hãy dành nhu cầu phát triển này cho tính tự lập, hãy hướng dẫn và khuyến khích con cái đang ở tuổi thanh thiếu niên đọc hết các sách hướng dẫn và các cuốn cẩm nang, để tổng hợp việc đào tạo các kỹ năng chuẩn bị cho con chọn nghề và vào đời. Hãy để chúng bàn thảo nhiều về lựa chọn mục tiêu, bằng cách xem xét kỹ Bảng Tiến bộ việc nhà cùng nhau. Hầu hết thời gian của chúng là học ở trường, tham gia các hoạt động xã hội, ra nhập các nhóm đồng trang lứa. Điều này là tất nhiên, vì những hoạt động này là một phần quan trọng để trẻ trưởng thành. Những đứa trẻ này cần phải thành thục các kỹ thuật làm việc hơn các em nhỏ. Tuy thế, chúng vẫn cần có một số trách nhiệm làm việc nhà thường xuyên hoặc chúng có thể đưa ra một kết luận sai lầm rằng "Khi bận rộn, bạn có lý do chính đáng để chẳng làm gì ở nhà cả." Có nhiều người lớn sẵn lòng lấp đầy cuộc sống của họ bằng các hoạt động bên ngoài để bao biện cho tình trạng ít làm việc nhà.

Khi đánh giá nhu cầu và khả năng của con bạn, hãy tiếp tục đưa ra những cơ hội làm việc hấp dẫn, như các bài học nhạc, đánh máy, làm các công việc liên quan đến đồ gỗ, nghệ thuật và thủ công, may vá, sửa chữa máy móc (đơn giản), những công việc rất hữu ích ở nhà và ở trường. Hãy tính đến cả việc lên thực đơn và lựa chọn thực phẩm. Sẽ có bất ngờ thú vị như làm salad bắp cải thay vì salad xà lách xoăn. Hướng dẫn phải có cả cơ hội được sử dụng tiền bạc, thông qua các khoản trợ cấp (tiêu vặt) và tiền lương (được trả do làm việc vặt ở nhà). Đây cũng là lúc thích hợp để bạn dạy cho trẻ các bước lau dọn một cách bài bản, như lau dọn bếp hay lau lò vi sóng. Một cậu bé 16 tuổi có thể lựa chọn một trong rất nhiều các máy làm sạch lò vi sóng trên thị trường, đọc kỹ các hướng dẫn sử dụng và thực hiện các bước làm sạch theo hướng dẫn. Trong lần đầu tiên, cha mẹ nên theo sát con và sẵn lòng giúp đỡ khi chúng cần.

Đôi khi trao đổi giữa cha mẹ và con cái đang tuổi thanh thiếu niên không được hiệu quả, nên hãy nhờ sự trợ giúp của ông bà, cô dì, cậu, một người lớn đáng tin cậy hay một người bạn của con cũng đang ở tuổi thanh thiếu niên nhưng có hiểu biết hơn, hướng dẫn cho con bạn vài kỹ năng cần thiết. Thật đáng ngạc nhiên về sự ảnh hưởng và phương pháp mà bạn có được khi biết rõ mục tiêu của mình, ngay cả khi nhờ sự giúp đỡ của người khác để hoàn thành mục tiêu này.

Sue thấy rằng mấy đứa con tuổi thanh thiếu niên của mình hào hứng giúp đỡ cha mẹ làm việc nhà hơn khi nghe thấy một người lớn đáng kính trọng nói: "Cha của bác nói với bác rằng bác cần phải giúp mẹ dọn dẹp bát đĩa cho tới khi bác có thể chạy vượt được cha. Cha bác là một người chạy cừ khôi và khi bác thắng cha mình, bác chỉ mới 16 tuổi. Nhưng vào thời gian đó bác đã đủ trưởng thành để không ngại giúp mẹ rửa bát đĩa." Sue đoán rằng các con của cô cảm thấy nếu chúng phàn nàn về việc giúp mẹ thì điều đó ám chỉ chúng chưa trưởng thành như chúng muốn thể hiện.

Không một thiếu niên nào có được mọi kỹ năng và hiểu biết để tránh được những khó khăn của tuổi trưởng thành, nhưng nếu chúng tự tin vào khả năng của mình, chúng có thể học hỏi thêm, và nếu biết được những điều cơ bản để tồn tại thì chúng sẽ tiếp tục học hỏi để tiến bộ và trưởng thành. Chúng ta thường đưa ra ít lời nói khích lệ hơn vào độ tuổi thanh thiếu niên vì độ tuổi này đang bộc lộ tính độc lập mạnh mẽ, nhưng chúng cũng muốn được công nhận nhiều như bất cứ đứa trẻ nào khác. Sau khi Maria, 15 tuổi, đã lau chùi sạch sẽ phòng tắm dưới tầng, mẹ cô bé đã ghi một mảnh giấy ở trên tường là: "Thật là tuyệt vời khi được vào căn phòng này." Hôm sau, Maria vờ phàn nàn đáng yêu thế này: "Mẹ, cái mảnh giấy này ở đâu ra vậy? Sáng nay con đã tốn nhiều thời gian trong phòng này hơn ngày hôm qua đấy." Chúng ta ai cũng thích được khen nhiều hơn những gì chúng ta đạt được, mấy đứa ở độ tuổi này cũng thế.

MÙA XUÂN, MÙA HÈ VÀ MÙA THU

Thường thì độ tuổi bạn bắt đầu dạy trẻ học các kỹ năng làm việc nhà không quá quan trọng, miễn là bạn bắt đầu dạy theo một lộ trình đơn giản, sau đó chuyển sang những việc khác ngày càng chi tiết và khó hơn. Có rất nhiều tình huống khác nhau để lập ra một hướng dẫn khắt khe. Ví dụ, Annie ở độ tuổi 20 cần học kỹ năng nấu ăn cơ bản, công việc mà một đứa trẻ khác có thể đã biết làm từ khi 11 tuổi. Ở nhà, chúng ta cần phải linh hoạt

và thường xuyên đánh giá lại từng đứa trẻ, hãy đảm bảo rằng mỗi kỹ năng được giảng dạy là cần thiết, và nếu có thể, mục tiêu đặt ra cần phải đạt được. Sau khi phát triển thông qua ba giai đoạn như trên, con trẻ cần được chuẩn bị sẵn sàng để đối mặt với những cơn bão và những thách thức của thế giới người trưởng thành.

NHỮNG NHU CẦU CƠ BẢN CỦA CON NGƯỜI

Làm cha mẹ, chúng ta luôn cố gắng hết sức để thỏa mãn những nhu cầu của con trẻ. Chúng ta nuôi dưỡng chúng không bị đói khát, cung cấp chỗ ở cũng như quần áo để chúng được an toàn. Nhìn chung, khi những nhu cầu vật chất và điều kiện an toàn được đáp ứng, thì một nhu cầu khác ngày càng gia tăng, đó là việc nhấn mạnh vào nhu cầu *thuộc về* và nhu cầu cảm thấy *được tôn trọng*. Nhu cầu được *thuộc về* là sự phát triển cảm giác an toàn, có được một nơi chốn và cảm giác bản thân là thành viên của một nhóm hay tham gia vào một kế hoạch. Nó cũng bao gồm cả sự thỏa mãn nhu cầu. Nhu cầu được tôn trọng đề cập tới mong muốn được cảm thấy thoải mái, có được sự tôn trọng cái tôi và sự công nhận của người khác. Nhu cầu được tôn trọng có thể được chia nhỏ như sau:

1. Trải nghiệm mới
2. Được công nhận
3. Cơ hội để phản hồi

Nỗ lực mà con trẻ cố gắng để đáp ứng được nhu cầu *thuộc về* và nhu cầu *được tôn trọng* rất lớn, cả hai đều thông qua những hành động cả tích cực lẫn tiêu cực. Nhiều trường hợp khó thích nghi của trẻ được cho là do đáp ứng không đủ hai nhu cầu này. Trong cuốn sách này, chúng tôi không cố gắng giải quyết những trường hợp khó thích nghi hoặc bất kỳ các vấn đề xã hội hay thể chất nào có thể xảy ra trong một gia đình. Những vấn đề như thế đòi hỏi một sự trợ giúp khác và những tư vấn chuyên môn.

Tuy nhiên, chúng tôi tin rằng quá trình chuẩn bị cho con bạn bước vào thế giới người trưởng thành, huấn luyện và để chúng có thật nhiều trải nghiệm khác nhau với công việc nhà, có thể thỏa mãn các nhu cầu *thuộc về* và *được tôn trọng*. Thật tuyệt khi cảm thấy bạn thuộc về (nơi nào đó). Một bé trai 12 tuổi đã nói: "Trẻ con nên giúp đỡ việc nhà bởi vì đó là nhà của chúng ta và chúng ta cần phải có trách nhiệm chăm sóc." Trong cuộc điều

tra 250 trẻ em mà chúng tôi đã tiến hành, những biểu hiện cảm giác là một phần của gia đình xuất hiện thường xuyên. Trong một thế giới với nhịp sống gấp gáp như hiện nay, khi mà cả cha và mẹ đều đi làm, bọn trẻ phải lướt qua các bài học, với những đòi hỏi từ cộng đồng và các hoạt động ở trường, trẻ em cảm nhận được nhu cầu mình cần phải tham gia làm việc nhà. Sự tham gia khiến chúng cảm thấy mình là một thành viên tích cực và không thể thiếu trong gia đình.

Nhu cầu muốn được coi trọng, được đảm bảo khi trẻ có thêm một kỹ năng mới. Sự thường xuyên và phong phú của các công việc ở nhà là vô tận. Ví dụ, lên thực đơn và nấu ăn có thể dẫn từ một quả trứng luộc tới việc làm một món trứng ốp la ngon tuyệt vời. Việc công nhận ngay một sự trợ giúp của trẻ có thể thể hiện bằng những câu nói tích cực, các bảng và các trò chơi. Có thể đưa ra lời khen ngợi cho một thành tựu thật sự, như khi trẻ thấy được sự tiến bộ đều đặn của mình trên Bảng Tiến bộ. Sử dụng kỹ năng lên kế hoạch trong hội đồng gia đình có thể mang lại nhiều cơ hội để trẻ đưa ra các gợi ý hoặc những phản hồi tích cực. Những điều này giúp giải quyết nhu cầu mong muốn được phản hồi. Cảm giác an toàn, tin cậy sẽ có được từ việc học hỏi những kỹ năng mới. Thời gian bạn cùng con xây dựng những kỹ năng này và khen ngợi những nỗ lực của chúng như đã thảo luận trong cuốn sách rất đáng giá.



CHƯƠNG 3
Cả gia đình cùng nhau làm việc

Giờ bạn đã thiết lập mục tiêu của mình rồi, vậy bước tiếp theo là gì? Để có thể khiến trẻ hợp tác và cam kết, thì hội đồng gia đình là một phương tiện lý tưởng. Có thể cùng nhau chia sẻ những ý tưởng một cách thoải mái mà không ai nhận ra đó là một buổi họp, hoặc giống như một buổi họp của "ban giám đốc" diễn ra mỗi tuần để thảo luận về các vấn đề của gia đình. Hội đồng gia đình có thể giúp:

1. Tăng cường cảm giác thuộc về gia đình của mỗi thành viên.

2. Phát triển một bộ quy tắc và chính sách để mỗi thành viên đều hiểu những giới hạn và trách nhiệm của mình.

3. Cung cấp kinh nghiệm trong việc giải quyết vấn đề, đàm phán và thương thảo.

4. Để mỗi thành viên có cơ hội bày tỏ bằng cách đóng góp ý kiến và gợi ý các giải pháp.
5. Tạo điều kiện cho việc đặt mục tiêu và quá trình đạt được thành tựu.
6. Thúc đẩy sự cam kết của mỗi thành viên và tăng cường hợp tác.
7. Cung cấp cơ hội thực hành kỹ năng lãnh đạo.
8. Chia sẻ mong muốn và sự quan tâm tới mỗi thành viên trong gia đình.
9. Tăng cường đảm bảo sự quyết đoán, đoàn kết và công bằng.

THIẾT LẬP HỘI ĐỒNG GIA ĐÌNH

Làm thế nào để thiết lập một hội đồng gia đình? Cấu trúc cơ bản có thể giống một hội đồng, với bố và mẹ (nếu đó là gia đình có đủ bố và mẹ) như là hai đồng chủ tịch và các con là thành viên của hội đồng. Mỗi thành viên có một phiếu bầu, nhưng bố mẹ sẽ giữ quyền phủ quyết. Các buổi thảo luận có thể diễn ra thân thiện như giữa những người bạn, mỗi thành viên có cơ hội trình bày ý tưởng, hành động và các giải pháp. Khuyến khích các gợi ý có tư duy sáng tạo và giữ các quyết định cho đến khi cả vấn đề lớn được đưa ra. Những phương pháp này có thể tăng cường sự đoàn kết nhiều hơn là lối sống ai biết người đó. Nhưng, bạn đừng mong đợi thành công 100%. Buổi họp thậm chí đôi khi có thể dẫn tới một cuộc cãi vã.

Khi nào có thể tổ chức hội đồng? Phụ thuộc vào hoàn cảnh của bạn, nó có thể được tổ chức vào sau bữa tối, sáng sớm ngày thứ Bảy, hay chiều Chủ nhật; mỗi tháng hoặc mỗi tuần một lần. Gia đình có nhiều trẻ nhỏ có thể không có nhiều mối quan hệ và nhiều lịch trình trùng nhau như một gia đình có nhiều trẻ lớn hơn, khi đó các lịch trùng nhau nhiều và khó thu xếp, nhưng bạn càng sớm bắt đầu thông lệ tổ chức các cuộc thảo luận gia đình thì càng tốt cho công việc sau này. Hãy giữ cho các buổi họp gia đình được ngắn gọn. Thời gian họp ảnh hưởng trực tiếp tới thành công của buổi họp. Hầu hết các vấn đề có thể được giải quyết trong vòng 15 phút, sau 30 phút thì hiệu quả sẽ không còn nữa. Sẽ rất tốt nếu cuộc họp hội đồng chừng 20 phút mỗi tuần hơn là một buổi họp tháng kéo dài hai tiếng!

Hội đồng sẽ được sử dụng như thế nào? Một số ông bố bà mẹ không chỉ sử dụng hội đồng gia đình là nơi để thảo luận về các vấn đề của

gia đình, mà còn dùng để hướng dẫn và vui chơi. Cha mẹ có thể dạy các con hướng dẫn về an toàn, cách ứng xử, các mối quan hệ xã hội, những khái niệm đạo đức. Trong những trường hợp này, cuộc họp gia đình có thể kéo dài lâu hơn. Đó có thể là thời gian để cùng làm một quả bí ngô cho lễ hội hóa trang Halloween, làm đồ trang trí cho ngày nghỉ lễ, trồng cây, chăm sóc vườn, học cách đơm cúc quần áo. Sẽ có rất nhiều hoạt động cho các hội đồng gia đình; thường thì nó sẽ trở thành một buổi tối cả gia đình quây quần bên nhau. Bạn có thể tưởng tượng được cả gia đình cùng ở bên nhau không? Điều này không diễn ra một cách tình cờ; nó cần được lên kế hoạch và kiểm soát, nếu không thì những việc khác sẽ xen vào. Các số liệu từ Bộ Y tế, Giáo dục và Xã hội Mỹ chỉ ra rằng việc duy trì các cuộc họp gia đình thường xuyên một giờ một tuần, dù chỉ để vui chơi, nói chuyện hay hướng dẫn con cái chuyện này chuyện kia, sẽ giảm khả năng trẻ mắc phải những vấn đề như quậy phá ở trường, sử dụng rượu, ma túy, và con số này giảm tới 42%. Những bậc cha mẹ nỗ lực để gia đình ở bên nhau nhận ra rằng, nếu họ không lên kế hoạch, ngày tháng sẽ trôi qua và bọn trẻ sẽ rất nhanh lớn. Một mẹo nhỏ để cuộc họp gia đình thành công là có thêm phần giải trí và ăn uống vui vẻ sau mỗi buổi họp, điều này cũng giúp các thành viên trong gia đình có cơ hội thực hành các kỹ năng nấu ăn.

Khi có vấn đề đột xuất hay một cơ hội nào đó tới, cũng có thể tổ chức một cuộc họp gia đình đặc biệt. Gia đình nhà Swort luôn có một buổi họp vào ngày đầu tiên của kỳ nghỉ hè để vạch ra kế hoạch hoạt động, đặt ra các mục tiêu và phân công công việc. Họ cũng tổ chức một buổi họp hội đồng vào tháng Mười một để lên kế hoạch tổ chức các hoạt động mừng Giáng sinh. Cô Swort sẽ mang cây thông được trang trí về nhà vào đêm trước Giáng sinh và được thắp sáng cho tới năm mới, nhưng bọn trẻ nhà cô thì thích tham gia từ nhiều tuần trước đó. Bọn trẻ nhà Swort được phép chơi trò chơi để duy trì truyền thống của gia đình. Hội đồng gia đình cũng quyết định việc thực hiện các dự án dịch vụ của gia đình và các món quà sẽ được dành tặng cho bạn bè và thầy cô. Đồng thời, những đứa trẻ nhà Swort sẽ học được tính độc lập, cách hợp tác và hỗ trợ lẫn nhau trong gia đình.

Nỗ lực thúc đẩy phát triển các truyền thống gia đình. Những truyền thống ấy tạo ra khoảng thời gian nhất định để cả gia đình ở bên nhau, giúp cuộc sống gia đình có chung một nền tảng và có phong cách riêng. Các dịp nghỉ lễ và sinh nhật là thời gian ưu tiên cho các truyền thống gia đình từ cách thức bạn trang trí cây thông Noel đến việc chuẩn bị các món ăn mừng Lễ Phục sinh. Các truyền thống ở đây đơn giản là câu nói

"ngủ ngon, con yêu" vào thời gian bọn trẻ đi ngủ, ngủ nướng vào sáng thứ Bảy, trò chơi "đánh lừa hay tiếp đón" (vào ngày lễ Halloween), chọn thực đơn cho bữa tối vào ngày sinh nhật một thành viên trong gia đình, thăm các nghĩa trang vào Ngày tưởng niệm (Memorial Day)[1], hay một buổi nổ bỏng ngô vào tối Chủ nhật. Sử dụng vài truyền thống đã có từ thời trẻ của bạn và phát triển thêm với những truyền thống khác cùng các con. Hội đồng gia đình là nơi thích hợp để đưa ra những ý tưởng mới. Đôi khi điều này có nghĩa chúng ta phải học làm một việc nào đó mới mẻ mà chúng ta có thể không thích lắm. Đó có thể là học câu cá, cắm trại, hay đi xe đạp, hay thậm chí chơi bóng chày. Cả gia đình sẽ rất vui.

Chúng ta sẽ nói gì trong cuộc họp? Hãy bắt đầu bằng việc hỏi từng thành viên (đặc biệt là bọn trẻ) trong gia đình xem chúng có vấn đề gì cần thảo luận không. Nếu trẻ biết luôn có cơ hội đưa ra ý kiến trong mỗi buổi họp, chúng sẽ bắt đầu suy nghĩ trước về vấn đề định trình bày và đưa ra trong cuộc họp như "Con có thể mang chuột ở lớp của con về nhà vào cuối tuần này không ạ?" "Em cứ vào phòng con lúc con đang bận." "Chúng con có thể làm gì với quần áo bẩn để ở dưới giường hả mẹ?". Đây là lúc cha mẹ phải điều hành các cuộc tranh luận và không để nó trở nên mất kiểm soát. Hãy giữ cho buổi thảo luận được suôn sẻ. Đó là lúc giải quyết vấn đề, thương lượng và thỏa thuận. Một giải pháp đơn giản được tất cả mọi người tán thành thì tốt hơn giải pháp cao siêu có phần gượng ép mà cha mẹ đưa ra hay để một đứa trẻ lớn hơn thuyết phục cả nhà. Hãy để trẻ học hỏi từ quá trình này, đừng tỏ ra chuyên quyền trong mọi hành động. Khi đứa trẻ nói "điều đó không công bằng," hãy lắng nghe chúng. Điều đó có nghĩa đứa trẻ ấy thực sự quan tâm nhưng có điều gì đó chưa hợp lý và cần có sự điều chỉnh. Cũng rất phù hợp nếu trong buổi họp có thể đưa ra một vài câu hỏi tích cực như "Con thích nhất điều gì vào cuối tuần vừa rồi?" để chỉ ra những thành công hoặc những việc tốt đẹp của trẻ. Cha mẹ có thể để cho từng đứa con có cơ hội điều hành một buổi họp gia đình, chỉ định một thư ký ghi lại các chủ đề được thảo luận. Cách này giúp bạn xác định được mức độ tiến bộ trong buổi họp sau.

Đây cũng là thời điểm tốt để thảo luận mở về các vấn đề. Nếu có cơ hội, trẻ có thể đưa ra những giải pháp rất hợp lý vì chúng không bị rào cản của những suy nghĩ truyền thống như cha mẹ. Hãy để những ý tưởng đến một cách tự nhiên nhất. Trong cuộc điều tra của chúng tôi, khi trẻ được hỏi điều gì sẽ khiến chúng thực hiện nhiệm vụ dễ dàng hơn, chúng nói rằng: "Nếu biết trước được thời gian để hoàn thành công việc thì cháu có thể làm trong

lúc rảnh rỗi, như là trong lúc ti-vi chiếu những chương trình chán ngắt chẳng hạn." Một bé khác thì nói: "Sẽ dễ dàng hơn nếu mọi người tự lau dọn sạch sau khi bày ra". Một bé trai thì tổng kết rằng nhiều thùng đựng rác sẽ giúp công việc của cậu dễ dàng hơn. Bọn trẻ thỉnh thoảng cũng có những ý tưởng viển vông như có máy cắt cỏ tự chạy hay có một người giúp việc. Một phần của những trải nghiệm này giúp bọn trẻ nhận thức được rằng không phải lúc nào chúng cũng có mọi thứ chúng muốn. Các khoản tiền tiêu vặt có thể được sử dụng vào thời điểm này, một vài hạng mục trong ngân quỹ đặc biệt có thể được đề cập tới, hoặc một kỳ nghỉ được lên kế hoạch. Mục tiêu của bạn có thể là dạy cho trẻ biết rằng có nhiều cách để giải quyết một vấn đề. Cha mẹ phải nhận thấy được những giải pháp có thể có chút khác biệt. Phần thưởng là khi con trẻ cảm thấy trong quyết định nào đó có một phần ý kiến của chúng thì chúng sẽ rất hợp tác.

Một phần quan trọng của hội đồng gia đình là việc hợp tác xây dựng thời gian biểu và đưa ra nhiệm vụ của các thành viên. Hãy thảo luận về thời gian làm việc, các cuộc họp, phân công trông em bé, những lớp học nhạc hay năng khiếu, các bữa tiệc sinh nhật, và tất cả những hoạt động khác của các thành viên trong gia đình. Theo cách này, mọi người sẽ biết trước những nhiệm vụ sắp tới cũng như không phải thốt lên kiểu: "Ồ, con cần tám tá bánh quy vào lúc ba giờ chiều." Đừng quên đề cập đến việc ai sẽ làm bánh cho buổi gặp mặt, hay khi nào thì bạn sẽ đi mua quà sinh nhật, có thể cả việc ai sẽ trả tiền cho món quà đó nữa.

Nếu gia đình bạn cùng tham gia vào nhiều hoạt động, hay đang phải đánh vật với các lịch trình lộn xộn, thì một bản lịch trình chung cho gia đình là cần thiết. Bản lịch trình này cần đủ rộng để viết tên nhiệm vụ của từng ngày và sẽ được dán ở nơi mà mọi thành viên gia đình đều thấy được - có thể ở bếp, cạnh điện thoại. Cập nhật lịch này ít nhất một tuần một lần và điền thêm nếu cần thiết. Khi có thông báo họp phụ huynh hay có các bức ảnh của lớp học, hãy ghi lại lên lịch. Điều này có nghĩa bạn có thể bỏ đi những tờ giấy thông báo đó. Khi có giấy mời đám cưới, sinh nhật, tiệc, hãy điền bằng bút chì vào bảng. Nếu bạn có đủ không gian thì hãy để một bảng tin cạnh bảng lịch trình để lưu giữ các loại giấy mời đó cho tới khi sự kiện ấy kết thúc. Bên cạnh việc sử dụng lịch gia đình thì nhà Cooper đã thiết kế ra một phương pháp sử dụng bút màu để viết những cam kết của họ, vì thế các thành viên trong gia đình chỉ cần liếc qua bảng nếu có mục liên quan đến mình. Màu mực đỏ được dùng để nêu các hoạt động của cả gia đình, màu xanh lục cho bọn trẻ, màu nâu cho mẹ và màu xanh lam cho bố.

Một cách sắp xếp khác là để mỗi thành viên có một cuốn sổ riêng và cập nhật nó trong buổi họp mặt gia đình. Việc này tốn kém hơn một chút, nhưng trong một gia đình với những bạn trẻ đã tương đối lớn, điều này sẽ có hiệu quả hơn.

Thời khóa biểu gia đình sẽ giúp cho cả gia đình dễ dàng hình dung các hoạt động của năm. Nó giúp các thành viên trong nhà gộp các hoạt động lớn lại để tránh sự chồng chéo. Nhà Monson sử dụng Thời khóa biểu gia đình để ghi lại các hoạt động văn hóa, thăm quan bảo tàng, vườn thú và các dịp sinh nhật của các thành viên trong gia đình. Các tháng sẽ trôi qua rất nhanh mà bạn chẳng kịp làm những gì mình muốn. Các nhiệm vụ khó hoặc cần sự đầu tư thời gian có thể bị thay đổi đột ngột. Nếu ba thành viên trong gia đình bạn có ngày sinh nhật vào tháng Bảy thì đừng lên kế hoạch đi du lịch vào tháng đó. Nếu tháng Năm bạn bận rộn với việc dọn sân và làm chương trình ở trường thì không nên bắt đầu các lớp học buổi tối hay đi nghỉ. Có thể gia đình bạn quyết định sẽ có một ngày đi chơi hàng tháng, hay đi ăn tối, xem phim, hoặc thăm bảo tàng. Nếu có Thời khóa biểu gia đình ở trước mặt thì thật dễ dàng thêm vào nhiều hoạt động khác, bao gồm cả những sở thích của các thành viên trong gia đình. Lịch trình cả năm (hay nửa năm) có thể được lập ra vào tháng Một hoặc tháng Bảy, và việc quyết định thời gian cụ thể để thực hiện một hoạt động nào đó nên vào đầu mỗi tháng. (THỜI KHÓA BIỂU GIA ĐÌNH - hãy tham khảo lịch trình mẫu trang 60).

THIẾT LẬP CÁC QUY TẮC TRONG GIA ĐÌNH

Một mục đích nữa của hội đồng gia đình là để thảo luận các quy tắc và chính sách. Tại một trong những buổi họp gia đình, nhà Anderson quyết định viết ra các quy tắc trong gia đình dưới dạng một tuyên bố về các quyền. Họ thường điểm lại các quy tắc và sửa đổi khi cần thiết.

Giữ một danh sách các quy tắc đơn giản và mang tính tích cực, như "hãy để đồ chơi gọn gàng" sẽ hiệu quả hơn "đừng vứt đồ chơi bừa bãi." Nhấn mạnh vào hành vi được mong đợi. Có quá nhiều quy tắc sẽ làm giảm tính hiệu quả. Bạn có thể đưa ra một loạt các quy tắc rồi chọn ra những cái quan trọng nhất, nhưng hãy giữ cho danh sách đó chỉ trong khoảng 15 quy tắc thôi. Nhiều quy tắc thường là bất thành văn; chúng chính là một phần phong cách sống của bạn. Những tiêu chuẩn bất thành văn này đôi khi rất đáng chú ý với những người họ hàng, bạn bè con đến chơi nhà bạn. Ví dụ,

họ có thể lấy kéo ra khỏi hộp hay sử dụng bút viết bảng ở trong phòng khách. Khi bọn trẻ nhà bạn đã hiểu được quy tắc, chúng sẽ nói với bạn chúng rằng: "Ở nhà tớ thì bọn tớ không làm vậy đâu."

Tìm kiếm và sử dụng những ý tưởng hay từ nhiều nguồn khác nhau. Ví dụ, những kỹ thuật trong kinh doanh có thể được sử dụng ở nhà, nhưng đừng giống như người cha trong phim *The Sound of Music*, người điều hành ngôi nhà của mình với luật lệ và cơ cấu của một con tàu mà không thèm quan tâm đến người khác. Một cửa hàng bách hóa sẽ không thể hoạt động tốt nếu thiếu một vài hệ thống quy tắc như phân công nhiệm vụ cho từng nhân viên. Một số gia đình cứ để mọi việc diễn ra tự nhiên. Hãy biết sử dụng các nguyên tắc quản lý và lên kế hoạch, nhưng tình yêu thương và sự thân mật vẫn phù hợp với mọi gia đình.

TUYÊN BỐ VỀ QUYỀN VÀ TRÁCH NHIỆM CỦA GIA ĐÌNH ANDERSON

1. Chúng tôi đều có quyền với đồ chơi, sách và quần áo của mình. Nên người khác cần phải hỏi trước khi mượn.

2. Chúng tôi chịu trách nhiệm với phòng của mình cũng như sẽ hoàn thành hai việc nhà mỗi ngày.

3. Mọi người sẽ cùng dọn dẹp bữa tối, trừ những dịp thật đặc biệt, sẽ không ai rời khỏi bếp cho tới khi bếp được dọn dẹp sạch sẽ.

4. Chúng tôi *chỉ* ăn trong bếp và khu vực bàn ăn, để bảo vệ các đồ vật và thảm không bị dây thức ăn, nước trái cây.

5. Chúng tôi sẽ mặc quần áo gọn gàng và dọn dẹp giường ngủ của mình *trước* bữa sáng mỗi ngày.

6. Chúng tôi có trách nhiệm dọn dẹp những đồ đạc của mình (áo khoác, sách, đồ chơi...) ra khỏi khu vực chung của cả nhà.

7. Nếu bị muộn giờ, chúng tôi sẽ gọi về nhà báo tin và giải thích để người khác trong gia đình không lo lắng.

8. Chúng tôi sẽ cư xử và nói năng thật tốt với nhau và nói tốt về những thành viên khác trong gia đình.

9. Sau khi sử dụng một đồ vật nào đó, chúng tôi sẽ để về đúng nơi quy định, ngay cả khi chúng tôi lấy vật đó ở sai vị trí.

THỐNG NHẤT VỀ NHỮNG TIÊU CHUẨN TRONG NHÀ

Sẽ dễ dàng hơn cho cha mẹ khi bọn trẻ được tham gia vào việc đưa ra quyết định liên quan đến yêu cầu giữ gìn nhà cửa sạch sẽ và chúng hiểu vì sao cần giúp đỡ cha mẹ. Hãy nhớ, con người quan trọng hơn đồ vật, thế nhưng trật tự của đồ vật lại phản ánh con người. Một ngôi nhà bụi bẩn sẽ không tốt chút nào, một ngôi nhà lộn xộn sẽ khiến bạn mất nhiều thời gian dọn dẹp và một ngôi nhà quá sạch sẽ khiến bạn mất nhiều thời gian để lau chùi. Trong một ngôi nhà ngăn nắp, mọi việc thật dễ dàng và mọi người cảm thấy bản thân tốt đẹp hơn, nhưng bạn không cần phải dành cả đời để lau dọn đâu.

Nơi gia đình bạn sống có thể có hàng loạt các quy định về vệ sinh như vườn của bạn phải được dọn thế nào, những loại vật nuôi nào bạn được phép nuôi trong nhà, nuôi bao nhiêu con, và những quy định bố trí các khu nhà, ngay cả khi đó thì bất động sản ấy vẫn là của bạn. Là một gia đình, hãy đưa ra và thống nhất các quy tắc giữ gìn sạch sẽ các khu vực chung của cả gia đình như: bếp, phòng khách, phòng sinh hoạt chung, cầu thang và lối vào. Nếu một người để phòng khách bừa bộn thì sẽ gây ảnh hưởng tới các thành viên khác trong gia đình. Hãy thống nhất một bộ tiêu chuẩn trong gia đình. Một số tiêu chuẩn cần phải quyết định dựa trên mục đích và tính ứng dụng của các phòng khác nhau. Bạn có thể quyết định một vài phòng để trưng bày, để tụ họp, một số phòng yên tĩnh dành cho việc nghiên cứu, học tập và một vài phòng để làm việc. Sử dụng phòng đúng với mục đích thiết kế sẽ giúp cho việc sử dụng công năng của các phòng đó hiệu quả và việc lau dọn cũng dễ dàng, thuận tiện.

THỜI KHÓA BIỂU GIA ĐÌNH

Hoạt động	Tháng 1	Tháng 2	Tháng 3	Tháng 4	Tháng 5	Tháng 6	Tháng 7	Tháng 8	Tháng 9	Tháng 10	Tháng 11	Tháng 12
Hoạt động vui chơi gia đình	Đi bảo tàng	Xem phim	Ăn pizza	Xem phim	Đi picnic	Đi sở thú						
Sinh nhật		Em bé chào đời				✓	Malea Sarah	Dave		Eric	Sue	
Bán đồ giảm giá ở ga-ra												
Thăm ông bà				Vào tuần thứ hai								
Dọn sân và tỉa cây					✓							
Tổng vệ sinh nhà						✓						
Trồng cây				✓	✓	✓						
Học may							✓	✓				
Kỳ nghỉ							✓					

Tiến sĩ Harris Clemes và Chuyên gia giáo dục Reynold Bean, các tác giả của cuốn sách *How to teach children resposibility*, đã nói: "Học cách làm việc nhà theo từng bước một sẽ giúp trẻ em áp dụng những nguyên tắc tương tự trong công việc và vui chơi." Họ cũng cho rằng: "Trẻ học được cách giữ mọi thứ ngăn nắp là kết quả từ việc chúng có kinh nghiệm trong sắp xếp. Hơn nữa, làm việc nhà giúp trẻ em học được cách giải quyết sự thất vọng và mơ hồ. Trẻ em làm việc nhà thường xuyên sẽ giải quyết vấn đề tốt hơn."

Khi phân công việc nhà, hãy nói rõ bạn muốn việc nhà được làm thế nào. Những chương tiếp theo thảo luận cách dạy con trẻ làm việc, cho chúng biết chính xác bạn mong đợi điều gì ở chúng và giao nhiệm vụ cùng với bảng phân công công việc, rồi theo dõi bảng đó. Đừng hiểu ý chúng tôi đang nói với bạn là khiến bọn trẻ làm *tất cả* mọi việc, tất cả thời gian nhé. Thật không công bằng khi bắt bọn trẻ làm mọi việc nhà cũng tương tự như mong đợi cha mẹ phải làm hết mọi việc nhà vậy.

DUY TRÌ CÁC CUỘC TRAO ĐỔI CÁ NHÂN

Mặc dù nhiều vấn đề được bàn thảo ở hội đồng gia đình nhưng có một vài vấn đề nên được giải quyết một cách riêng tư. Một số cha mẹ thì đưa trẻ đi đâu đó, có thể là tới phòng làm việc của mình một tháng một lần để cùng nhau thảo luận các vấn đề, đưa ra các mục tiêu và nói về cảm nhận. Một số

cha mẹ khác thì thân mật hơn, có thể hai cha con cùng thảo luận về vấn đề nào đó khi lái xe đi chơi, hay đi ăn kem với con hoặc hỏi một số câu hỏi quan trọng rồi lắng nghe con. Một số cha mẹ thường dành một vài phút nói chuyện với con trước khi đi ngủ. Việc đặt câu hỏi "Điều vui nhất với con hôm nay là gì?" hoặc "Con đã làm gì giúp ai đó?" sẽ giúp trẻ có một cái nhìn tích cực và phát triển mối quan hệ gần gũi giữa cha mẹ với con cái.

Bọn trẻ nói "chúng con muốn được đối xử công bằng." Điều đó có thể là nên đối xử công bằng với con cái, nhưng không phải là đối xử giống nhau với các con. Mỗi đứa trẻ một khác, ngay cả khi chúng sinh đôi. Hãy cố gắng và tạo một vài sự đối xử khác nhau về độ tuổi hoặc sở thích. Ví dụ, khoản tiền tiêu vặt có thể sẽ tăng lên theo độ tuổi. Thời gian đi ngủ nên bố trí sao cho trẻ nhỏ đi ngủ trước trẻ lớn hơn chừng 15 phút. Đối xử riêng biệt theo độ tuổi có thể giúp trẻ cảm thấy mình quan trọng và có cá tính riêng. Cũng như vậy, khi quan sát sự khác biệt của chúng ở phong cách học tập, nhu cầu, năng khiếu và tham vọng có thể giúp bạn nhận ra sự khác biệt giữa các con của mình. Mỗi đứa trẻ đều muốn cảm thấy vị trí đặc biệt của chúng trong gia đình.

TẠO RA TRẬT TỰ THÔNG QUA CÁC CÔNG VIỆC THƯỜNG NGÀY

Kết quả nữa của hội đồng gia đình chính là cảm giác vững chãi. Việc hiểu rõ các quy tắc và quyền cơ bản cùng với các mục tiêu chung chính là những yếu tố quan trọng của sự vững chãi, các yếu tố này mang lại sự đoàn kết trong gia đình. Một phần khác của sự vững chãi chính là trật tự. Một lịch trình hàng ngày không cần thiết phải chặt chẽ như một lộ trình xe buýt, nhưng cần phải có một trật tự nhất định để tạo ra nhịp độ phù hợp cho cả các hoạt động khác trong gia đình. Một lịch trình gia đình đơn giản tạo ra một cảm giác an toàn và giúp thiết lập quy định bằng cách đặt ra thời gian cho các công việc như mặc quần áo, ăn uống, vui chơi, rửa bát đĩa, làm bài tập về nhà... Gia đình nhà Thompson gồm sáu người, sự quan tâm và bồi dưỡng tài năng cho bọn trẻ được ưu tiên hàng đầu. Chúng được học múa, tham gia câu lạc bộ kịch, chơi bóng đá, bóng rổ, tham gia Hướng đạo sinh... Ông Thompson làm nghề buôn bán, giờ làm việc không cố định và thường phải làm việc vào các buổi tối. Bà Thompson dồn hết tâm sức vào chăm sóc gia đình và bị căng thẳng quá mức vì công việc nhà. Các nhà tâm lý học nói rằng điều đầu tiên gia đình này cần làm là đặt ra thời gian cho bữa tối, trong vòng một tiếng đồng hồ (như trong khoảng từ 5h30 đến 6h30). Ngay

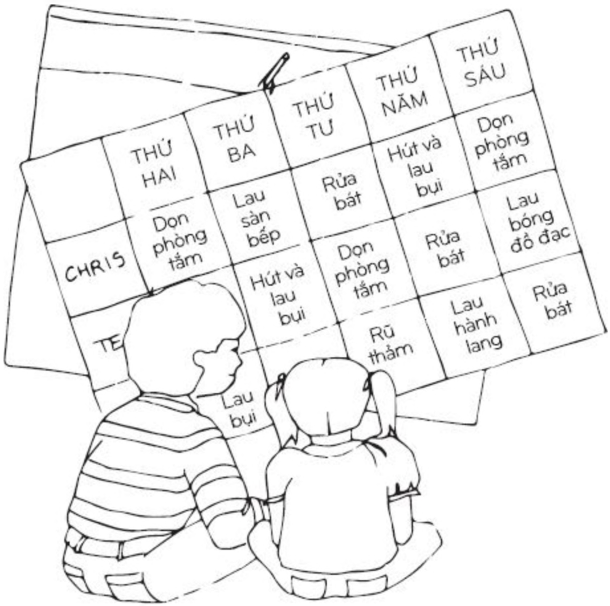
cả khi nếu người cha không có mặt ở nhà, thì bọn trẻ và mẹ cần lấy đó làm mốc để bọn trẻ tự tổ chức các hoạt động. Nhà Thompson được khuyên nên thu xếp mọi việc để có thời gian ăn tối với nhau. Nhà họ quá chú trọng vào việc tham gia các hoạt động phát triển tài năng, sở thích đến nỗi không có thời gian cho các hoạt động hàng ngày và họ đang mất đi sợi dây liên kết giữa các thành viên.

Chúng ta đều né tránh công việc nếu có thể và một trong những cách né tránh công việc nhà là lấp đầy cuộc sống với các hoạt động khác. Chẳng có ai làm hộ bạn những công việc hàng ngày, khiến bạn khó có thể làm được việc gì khác. Vậy thì về lý thuyết phải dạy cho trẻ biết cách xử lý các công việc cơ bản được hiệu quả để chúng có một nền tảng vững chắc xây dựng những thứ khác. Nhà Thompson thấy rằng một lộ trình đơn giản với bữa sáng và bữa tối vào thời gian nhất định là một biện pháp rất tốt giúp giảm áp lực cho người mẹ và vẫn có thời gian cho các hoạt động khác.

Nên đặt ra thời gian cụ thể cho các hoạt động trong lộ trình hàng ngày của cả gia đình. Ví dụ, khi bạn muốn các con dọn giường vào buổi sáng sau khi ngủ dậy và bọn trẻ đều đã thay đồ, sau đó bạn sẽ không phải bận tâm về những việc đó suốt cả ngày nữa. Bạn sẽ rất ngạc nhiên về số người thậm chí không đánh răng hàng ngày. Khi nào thì đi ngủ? Khi nào thì ăn sáng? Câu trả lời của bạn có thể là bữa sáng thường vào lúc bảy giờ, nhưng không quá chín giờ vào ngày thứ Bảy. Có thể những ngày thứ Bảy của bạn được lên kế hoạch cho các dự án, các công việc làm thêm và vui chơi, ngày Chủ nhật sẽ là ngày nghỉ của bạn. Đó là những việc khởi đầu cho lịch trình hàng ngày cho cả gia đình. Nó khiến mọi thứ trở nên dễ dàng để "tạo lập" một thói quen mới. Thật dễ dàng nói: "Giờ tập piano của con sẽ từ 7h đến 7h30, ngay sau bữa sáng" khi mọi người dùng bữa sáng vào một giờ cố định mỗi ngày. Nếu không thì ngày nào cũng phải "tìm" một giờ mới và không cố định cho việc tập đàn. Cũng nên có lịch trình cho những kỳ nghỉ cuối tuần, mặc dù có thể có chút thay đổi, có tính đến các hoạt động khác như dọn dẹp giường ngủ và các hoạt động dọn dẹp hàng ngày khác. Giữ cho lịch trình linh hoạt nhưng vẫn đảm bảo các hoạt động cơ bản thường ngày. Một thói quen đơn giản cũng giống như pha bột làm thạch với nước: sau khi được định hình, chúng sẽ giữ cho hỗn hợp đó có hình dạng cố định mà không dễ bị tan chảy.



Bạn muốn các con mình phải độc lập và làm thêm một vài việc nhà thì bạn phải có được sự hợp tác của chúng. Nếu không, hãy cùng làm việc như một gia đình và tách riêng từng đứa ra để đặt mục tiêu riêng cũng như thảo luận các quy định. Hãy thu hút trẻ tham gia vào việc thiết lập các quy định và chính sách trong gia đình thông qua "họp hội đồng". Một lý do khác của việc lập hội đồng gia đình chính là thỏa mãn nhu cầu được lắng nghe, được tham dự, được hồi đáp và được cảm thấy ý tưởng của mình có giá trị. Tham gia hội đồng gia đình là một kinh nghiệm quý báu; nó có thể giúp chuẩn bị tốt để con bạn học tập và làm việc hiệu quả hơn. Nó là một phương tiện để thúc đẩy mọi thứ. Một hội đồng hình thức thì chẳng có tác dụng gì cả. Hãy để hội đồng gia đình bạn hoạt động thực sự!



CHƯƠNG 4
Bảng phân công công việc

Bảng phân công vừa thú vị vừa thiết thực. Từ việc khảo sát công việc của trẻ, chúng tôi thấy rằng đa phần cha mẹ chỉ *nói* với trẻ các công việc mà chúng cần *làm*. Điều này sẽ khiến cha mẹ ở trong vị thế *ra lệnh* và trẻ ở vị thế *làm theo*. Nếu cha mẹ *không nói*, chúng sẽ *không làm*. Bảng phân công việc nhà là một phương tiện rất tuyệt vời để cha mẹ không cần phải *nói*, hãy biến bảng này thành một công cụ điều hành đắc lực, loại bỏ những cảm xúc tiêu cực, tăng cường sự độc lập và trách nhiệm.

Lợi thế lớn nhất của các bảng phân công này chính là chúng chỉ ra *việc gì cần hoàn thành*. Điều quan trọng là thiết lập một nền tảng tốt trước khi tuyên bố: "Đã đến giờ làm việc."

NHỮNG LỢI ÍCH CỦA BẢNG PHÂN CÔNG CÔNG VIỆC

• Có thể thêm vào *nhiều loại* công việc khác nhau và có sự dàn đều những công việc buồn tẻ khác.

• Tạo cảm giác *công bằng* bằng cách cho trẻ biết trước về công việc cần làm.

• Giúp tạo ra trật tự bởi bảng đưa ra kỳ vọng tất cả bọn trẻ làm việc nhà hàng ngày với tư cách là thành viên trong gia đình.

• Giúp luân chuyển các công việc cho mỗi trẻ, để chúng có thể phát triển nhiều kỹ năng khác nhau hơn là chỉ biết dọn bàn ăn hay đổ rác.

• Có thể tạo ra những *thành quả* ngay lập tức cho những công việc đã hoàn thành (cảm giác khi hoàn thành công việc).

• Làm giảm sự ganh tỵ của bọn trẻ vì chúng hiểu ai cũng tới lượt làm các công việc mà chúng từng phải làm.

Phần lớn việc khiến bọn trẻ làm việc nhà thành công chính là dựa trên nền tảng: đặt ra mục tiêu và các quy định trong gia đình, hướng dẫn các kỹ thuật làm việc nhà, phân công công việc theo bảng. Tất cả các yếu tố này tăng khả năng khiến trẻ làm việc nhà. Sau khi bảng phân công được hoàn thành, cha mẹ cần dạy cho trẻ cách thực hiện một công việc, sẽ được giải thích ở Chương 5.

Trong chương này, chúng tôi sẽ đưa ra 24 mẫu bảng để bạn lựa chọn. 24 bảng này được chia làm ba loại. Loại đầu tiên là Bảng Nhiệm vụ, đặt ra một lịch trình ổn định và cho trẻ biết trước chi tiết công việc chúng cần làm. Loại thứ hai, Bảng Vui chơi và Thử thách, được sử dụng để giải quyết những phàn nàn kiểu "việc nhà thật chán ngắt." Bảng thứ ba, Bảng Tiến bộ, đưa ra nhiều ý tưởng hơn để theo dõi việc hoàn thành công việc hàng ngày và để khen thưởng xứng đáng một việc. Hãy sử dụng những ý tưởng này hoặc tạo ra các bảng theo cách riêng của bạn. Ban đầu, việc hướng dẫn con

trẻ làm việc có thể khiến bạn mất nhiều thời gian hơn là việc bạn tự làm, nhưng sau đó, bạn sẽ có nhiều thời gian hơn. Điều đó rất đáng để nỗ lực.

Bảng phân công giúp tạo ra sự kiên định. Nhiều sách nói rằng "Hãy kiên định, kiên định, kiên định." Làm sao mà tôi có thể dạy con tôi kiên định khi chính tôi còn không kiên định? Liệu có phải bạn hiểu kiên định nghĩa là một lịch trình hàng ngày, làm những việc hàng ngày giống nhau - mọi người đều dọn giường hàng ngày, đều làm các việc vặt hàng ngày, đều thu dọn đồ của mình hàng ngày, và cha mẹ thì kiểm tra phòng ngủ của bọn trẻ hàng ngày trước khi chúng tới trường? Hầu hết chúng ta đều cảm thấy thất bại vì chúng ta không kiên định theo cách đó. Mặt khác, tất cả chúng ta đều biết rằng cha mẹ của những đứa trẻ thành công, độc lập và có trách nhiệm ấy cũng không làm tất cả những việc đó. Kiên định là biết điều gì được trông đợi, biết công việc ấy là gì, biết rằng phần thưởng sẽ được trao nếu như đã hứa, biết được những lựa chọn sai lầm sẽ dẫn tới hậu quả tương ứng. Đó chính là kiên định trong nguyên tắc. Bảng phân công giúp bạn thiết lập quy định này. Tuy thế, thỉnh thoảng chúng ta thường bối rối giữa sự kiên định với sự đều đặn, mà thực chất không phải vậy. Kiên định không phải là một lịch trình đúng đến từng phút. Kiên định không phải là dọn gọn hết mọi thứ vào phút mà bạn bước vào căn nhà. Đấy là sự hoàn hảo. Nếu chúng ta định làm điều tương tự theo cách tương tự mỗi ngày, chúng ta sẽ rất trì trệ và không thấy vui vẻ gì.

Nền tảng của sự kiên định được xây dựng bằng việc đảm bảo đáp ứng những nhu cầu thiết yếu về thức ăn, quần áo và sự ấm áp. Hãy đảm bảo bạn cung cấp những thứ đó. Không thể nào kiên định trong mọi chi tiết, nhưng bạn có thể kiên định với những nguyên tắc cơ bản. Cảm giác của sự đoàn kết, công bằng, hợp tác, cảm thông, công nhận, tình yêu thương sẽ mang lại sự ổn định và an toàn cho con trẻ. Bọn trẻ nhận được sự đảm bảo từ việc hiểu rõ gia đình và các quy định trong nhà, biết những mong đợi của cha mẹ (các chủ đề này đã được đề cập ở ba chương đầu).

Kiên định sẽ được củng cố bằng nội quy. Phần còn lại của cuốn sách này sẽ đề cập chủ yếu đến sự kiên định có được thông qua nội quy, nhưng vẫn có sự vui vẻ, thoải mái. Đứa trẻ muốn biết cha mẹ và những người xung quanh mong đợi điều gì (ở chúng). Kiên định là một tài sản quý giá. Mặc dù công việc không bao giờ quan trọng hơn một đứa trẻ, nhưng cần phải có một nội quy cơ bản - nó tạo ra một nhịp độ, một nơi làm việc cố định và loại bỏ sự hỗn loạn. Vài việc cơ bản không thể bỏ qua như đánh

răng và ăn uống. Bởi vì chúng ta ăn, nên chúng ta cần phải nấu ăn và rửa bát. Hãy kiên định trong nguyên tắc, với tình yêu thương và sự hiểu biết, có nghĩa là bạn có thể linh động với *quá trình* (thực hiện). Chúng ta hiểu rằng con người quan trọng hơn đồ vật, vì đồ vật và những lịch trình đôi khi cần thay đổi để phù hợp với con người, nên bạn có thể thay đổi cách thức và phương tiện thực hiện công việc. Ví dụ có một số giai đoạn sẽ tốt hơn nếu cùng nhau rửa bát nhưng trong khoảng thời gian khác thì công việc đó cần được giao cho một cá nhân. Có thể một ai đó có lý do được miễn rửa bát. Nguyên tắc vẫn như vậy - bát đĩa phải được rửa, nhưng cách thức thực hiện có thể được thay đổi. Thay đổi phương pháp có thể giúp loại bỏ sự lười biếng trong việc rửa chén bát.

Chúng ta cũng có thể thay đổi quá trình thực hiện công việc. Theo Robert L. DeBruyn, sử dụng nhiều phương pháp không làm mất sự kiên định, nó thực sự không hề tác động gì tới trật tự cả. Sự tưởng tượng, sự thay đổi và tính đa dạng là những yếu tố giúp "tăng sức hấp dẫn cho việc học". Sự chán ngán có thể ngẫu nhiên trở thành một trạng thái trong gia đình khi bạn kiên quyết giữ quá nhiều lịch trình. Sự trì trệ sẽ xảy ra nếu chúng ta chỉ sử dụng một cách để thực hiện một công việc nào đó. Ví dụ, nếu mục tiêu của bạn là để con trẻ học cách chăm sóc phòng ngủ của chúng, thì mục tiêu cần phải giữ nguyên, nhưng phương pháp, cách thức kiểm tra và cả phần thưởng có thể thay đổi qua các năm.

Kiên định không có nghĩa là một giường ngủ cần phải vượt qua 50 điểm kiểm tra mỗi ngày. Hãy để cho trẻ có sự hiểu biết tương tự. Kiên định đối với việc dọn phòng ngủ có thể là "Phòng ngủ của con phải thường xuyên gọn gàng, ngăn nắp, được dọn sạch sẽ vào dịp cuối tuần hoặc ít nhất một tháng một lần." Mặt khác, sẽ là một thói quen tai hại nếu như lờ đi những việc cần thiết nhất như chải đầu và thu dọn hàng ngày. Hình ảnh cá nhân của một người phản ánh môi trường xung quanh người đó. Ngay cả những công việc nhỏ hàng ngày, được phân công và khen ngợi bằng các bảng phân công sẽ giúp duy trì sự cân bằng giữa hoàn hảo và lộn xộn.

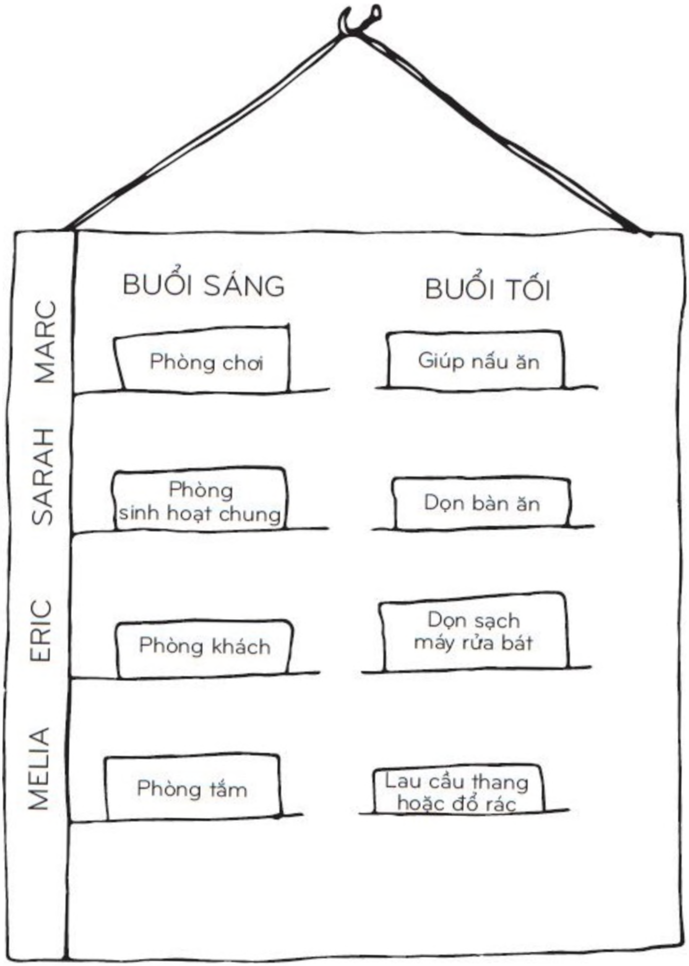
Khi con chúng ta lớn hơn, bạn sẽ muốn cân đối các việc vặt trong nhà, thay đổi những yêu cầu của bạn đối với con trẻ và luôn tính tới chúng trong việc đưa ra các quyết định của mình. Dù cách thức bạn chọn cho con của mình là gì thì cũng cần phải hòa hợp với cách của bạn, cho dù là nguyên tắc hay thư giãn.

BẢNG NHIỆM VỤ

Các bảng dọc. Nhà Mc Cullough đã sử dụng một bảng phân công dọc đơn giản trong 10 năm qua để phân công nhiệm vụ cho các con. Bọn trẻ thích loại bảng này, vì chúng biết trước chính xác thời gian và các công việc chúng phải hoàn thành, đặc biệt vào giai đoạn Mùa Hè (mùa của trẻ từ 5 tới 12 tuổi), chúng đã thực hiện các công việc đó thành thục và có thể tận hưởng thời gian rảnh vì làm việc hiệu quả.

Bảng phân công nhiệm vụ có hai hàng dọc với các ô nhỏ; hàng thứ nhất ứng với buổi sáng và hàng thứ hai ứng với buổi tối. Vào mỗi sáng thứ Hai, các công việc này lại được đổi người. Trước khi phân công, Bonie sẽ nhìn quanh các khu vực trong nhà cần chăm nom hàng ngày và quyết định việc gì mà bọn trẻ có thể hoàn thành trong khoảng 10 phút mà không cần đến sự hướng dẫn của người lớn. Như vậy, việc lau dọn khu vực chung của cả nhà sẽ cần ít sự hỗ trợ nhất. Công việc buổi tối thì sẽ tập trung vào chuẩn bị bữa tối và mọi người đều sẵn lòng giúp lau dọn bàn sau khi ăn.

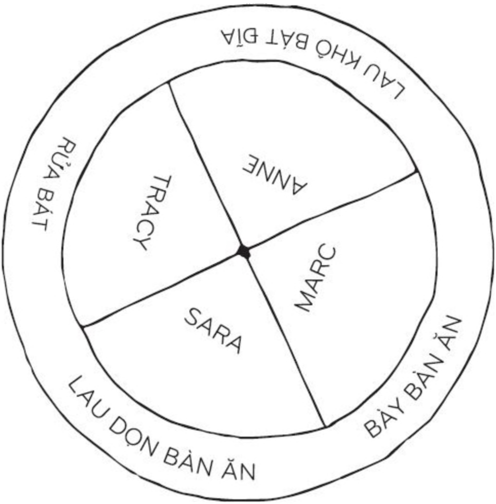
Dù mỗi đứa trẻ đều có cơ hội thực hiện các công việc khác nhau, sự kỳ vọng của cha mẹ cần phải thay đổi tùy theo độ tuổi, sao cho các yêu cầu trong khả năng của đứa trẻ. Ví dụ: khi đứa trẻ 5 tuổi cọ phòng tắm, nó chỉ có thể chà xát và cọ rửa bồn rửa mặt, rũ tấm thảm chùi chân và dọn dẹp lược, bàn chải đánh răng. Một đứa trẻ 15 tuổi dọn dẹp nhà tắm, cụ thể bao gồm cọ bồn tắm, bồn cầu, sàn nhà tắm…

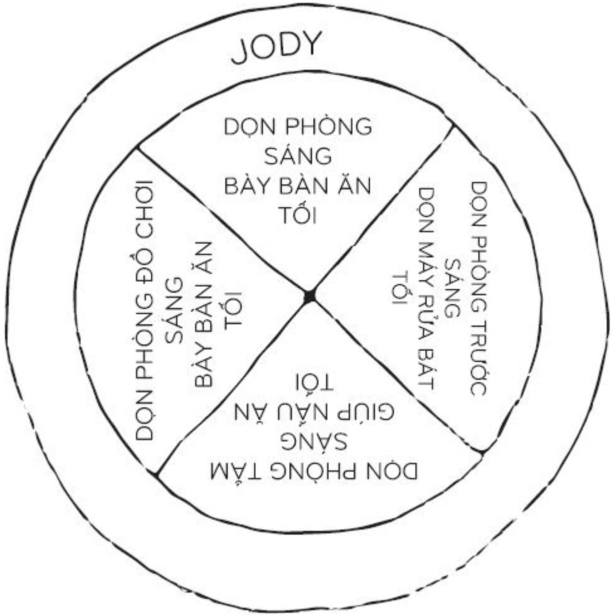


Có lịch trình đều đặn hàng ngày cho công việc cụ thể, chúng ta thực sự muốn trẻ hoàn thành tốt các công việc được giao. Đôi khi đó chỉ là một công việc dọn dẹp nhẹ nhàng, nhưng thỉnh thoảng đó có thể là một cuộc tổng vệ sinh. Khi bọn trẻ đều tới trường, những việc vặt này phải được làm

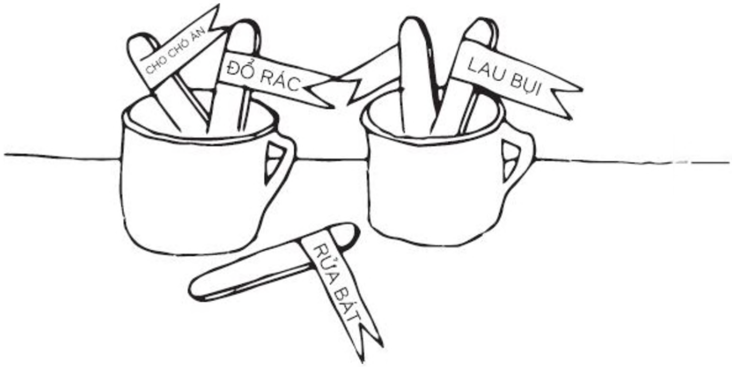
vào mỗi buổi sáng trước khi đi học. Vào mùa hè, chúng có thể được thực hiện trước 10h sáng và 5h mỗi chiều. Tuy nhiên, vì những đứa trẻ nhà McCullough đang ở độ tuổi gần tới giai đoạn Mùa Thu (từ 13 đến 18 tuổi) và sẽ đi học sớm từ lúc 5h45 mỗi sáng, nên những yêu cầu trước giờ đi học sẽ được thay đổi và công việc sẽ được thực hiện trước giờ ăn tối mỗi ngày. Sáng thứ Bảy hàng tuần, chúng dành 2 tiếng để dọn phòng ngủ của mình và các phòng được phân công khác, để dành các ngày trong tuần tập trung làm bài tập về nhà. Việc điều chỉnh công việc nhà cho bọn trẻ, thay đổi những yêu cầu và tính tới việc để bọn trẻ tham gia nhiều hơn vào việc đưa ra các quyết định khi chúng lớn hơn rất quan trọng.

Bảng công việc xoay vòng. Có rất nhiều khả năng để các bảng phân công phù hợp với hoàn cảnh của mỗi gia đình. Với gia đình có một hoặc hai con, mà bọn trẻ gần tuổi nhau, thì một bảng phân công xoay vòng sẽ là tốt nhất. Bảng này sẽ luân phiên và đưa ra nhiều loại công việc khác nhau. Để điều chỉnh bảng cho phù hợp với lượng công việc và số "công nhân", tạo ra số phần bánh chia phù hợp trên bảng. Hai vòng, một vòng nhỏ hơn vòng kia, được cắt từ giấy cứng. Sử dụng đinh gim gắn ở giữa sao cho hai vòng tròn có thể xoay được riêng rẽ. Dán bảng này vào nơi dễ thấy như trong bếp.


LAU KHÔ BÁT ĐĨA
RỬA BÁT
BÀY BÀN ĂN
LAU DỌN BÀN ĂN
ANNE
TRACY
MARC
SARA



Cắm cờ trên một chiếc cốc. Vì có những việc không cần thiết phải làm hàng ngày nên bạn có thể phân việc theo yêu cầu công việc. Công việc đó có thể được viết trên tấm thẻ 7 x 12 cm và bỏ vào khe của hộp đựng giấy phân công công việc của bọn trẻ mỗi sáng, hay những chiếc cờ nhỏ được làm từ que kem có thể được cắm vào những chiếc cốc để đưa ra công việc cần thực hiện hàng ngày. Một trong những yếu điểm của cách làm này là bọn trẻ có thể không làm cho tới khi cha mẹ đặt tấm thẻ hay cắm cờ vào vị trí quy định.



Kế hoạch sàn nhà. Có một cách khả thi để phân công việc lau dọn sàn nhà là vẽ một bản kế hoạch sàn của nhà bạn, hoặc là trên vải (trong trường hợp bạn có thể đóng khung nó), hoặc trên giấy, để bạn có thể dán lên tủ lạnh. Hãy dán bức ảnh của trẻ vào phòng mà trẻ sẽ chịu trách nhiệm lau dọn. Kiểu này sẽ không hữu dụng với các công việc như đổ rác hay hong khô chén bát, nhưng có thể áp dụng với các công việc phân công theo khu vực. (Cha và mẹ cũng có thể có tên trong những công việc này.)

Bảng phân công việc hàng ngày. Một người cha đơn thân, cha của ba đứa trẻ, đã làm một chồng các bảng phân công từng ngày tại một quầy pho-to. Mỗi tối anh và các con lại điền vào bảng công việc và ngày hôm sau dán chúng lên tủ lạnh. Lý do anh thay đổi công việc hàng ngày cho các con là để sắp xếp công việc phù hợp với khối lượng bài tập rất lớn ở trường và các hoạt động khác của bọn trẻ. Bên cạnh đó, không phải việc nào cũng cần làm hàng ngày. Những bảng này cho phép có các tình nguyện viên và bao gồm cả anh nữa. Những bảng như vậy có thể được thảo luận và phân công cho cả tuần tại buổi họp hội đồng gia đình.

Bảng phân công theo tháng. Khi được hỏi gia đình em có sử dụng bản phân công không, một bé trai đã viết: "Chúng em được phân công rửa bát theo lịch. Em và các anh sẽ làm việc đó ba ngày một lần." Một em gái thì viết: "Chị gái em và em tranh cãi về việc tới lượt ai sẽ cho chó ăn, vì thế chúng em sử dụng lịch và viết chữ cái đầu tiên của mỗi đứa vào ô trống để biết là tới lượt ai." Với phương pháp này, bạn viết chữ cái đầu tiên của đứa trẻ vào ô của tờ lịch, điền hết cả tháng. Khi chúng hoàn thành một công việc, chúng có thể dùng bút gạch chéo công việc đó. Nếu có sự thỏa thuận

đổi tráo công việc, cũng cần ghi vào lịch để tránh hiểu nhầm cho ngày hôm sau. Nếu các hoạt động và lịch hẹn cũng được ghi trên lịch thì cha mẹ điều phối công việc cho phù hợp.

BẢNG PHÂN CÔNG THEO NGÀY

Thứ Bảy
Ngày trong tuần

Bữa sáng

Nấu ăn ______
Dọn bàn ăn *Stephanie*
Rửa chén bát *Cha*

Bữa trưa

Nấu ăn *Stephanie*
Dọn bàn ăn *Heather*
Rửa chén bát *Cha*

Bữa tối

Nấu ăn *Cha*
Dọn bàn ăn *James*
Rửa chén bát *Stephanie*

Dọn phòng

Phòng tắm tầng trên *Heather*
Phòng tắm tầng dưới *Stephanie*
Phòng khách *Cha*
Lối đi *James*

Các công việc khác

Các công việc khác

Dọn máy rửa bát *Heather*

Đổ rác *James*

Bảng phân công theo tuần. Lập một bảng phân công cho cả gia đình trong tuần. Bảng phân công theo tuần này có ba mục: ngày, tên trẻ và công việc được phân công. Loại bảng này có thể được thiết kế theo nhiều cách khác nhau, nhưng nó cần phải có hệ thống cơ bản tương tự, với một trong ba mục nằm ở cột dọc trên cùng, mục tiếp theo nằm dọc ở bên cạnh và mục thứ ba nằm trong các ô trống ở giữa bảng. Bảng này có thể được viết trên tấm bảng lớn, được phủ bằng những tấm giấy dán và được viết bằng bút dạ có thể xóa được.

Một bà mẹ phải đi làm cả ngày cũng có thể dán thực đơn vào ô công việc hàng ngày của bảng phân công, vì cô hy vọng những đứa con lớn hơn sẽ nấu xong bữa tối lúc cô về nhà. Quyết định làm bữa tối sớm, đặc biệt là đối với các ông bố bà mẹ đi làm, sẽ giảm bớt rất nhiều áp lực cho cha mẹ sau giờ làm. Nếu bữa tối đã được lên kế hoạch, các thành viên khác sẽ dễ dàng trợ giúp hơn.

Một cặp vợ chồng khác, thậm chí là chỉ có một đứa con, viết ra lịch làm việc nhà của cô con gái 15 tuổi như sau:

	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu
Mary	Hút bụi	Dọn phòng tắm	Dọn phòng bếp	Dọn phòng ngủ	Làm sạch sàn phòng giặt

Kathie Liden có một ý tưởng về việc sử dụng các móc để tạo một bảng phân công lâu dài bằng cách gắn rất nhiều loại công việc lên một bảng. Đồ để gắn có thể là những chiếc thẻ chìa khóa hình tròn, miếng gỗ vuông hay các hình khác bằng bìa cứng. Các hình dáng có thể đại diện cho một hoạt động ưa thích của cả nhà (như hình quả bóng cho gia đình chơi bóng đá), ảnh một con vật nuôi hoặc hình một vật may mắn. Các công việc được viết lên các hình và được sắp đặt như đã phân công. Bảng này có một nhược

điểm là một đứa trẻ có thể bí mật tráo đổi công việc mà nó không thích cho một đứa khác. Do vậy cần thiết lập quy tắc đề phòng trước.

NGÀY →

TÊN ↓	Thứ hai	Thứ ba	Thứ tư	Thứ năm	Thứ sáu
LUKE	Nấu ăn	Dọn phòng tắm	Hút bụi	Nấu ăn	Dọn phòng tắm
CHRIS	Hút bụi	Nấu ăn	Dọn phòng tắm	Hút bụi	Nấu ăn
SUMMER	Dọn phòng tắm	Hút bụi	Nấu ăn	Dọn phòng tắm	Dọn phòng tắm

TÊN CÔNG VIỆC →

1

NGÀY →

TÊN CÔNG VIỆC ↓	Thứ hai	Thứ ba	Thứ tư	Thứ năm	Thứ sáu
Nấu ăn tối	LUKE	CHRIS	SUM	LUKE	CHRIS
Hút bụi	CHRIS	SUM	LUKE	CHRIS	SUM
Dọn phòng tắm	SUM	LUKE	CHRIS	SUM	LUKE

TÊN →

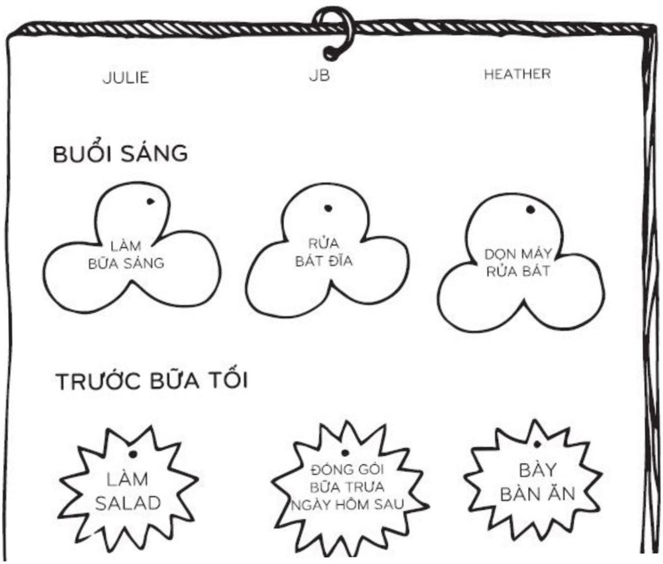
2

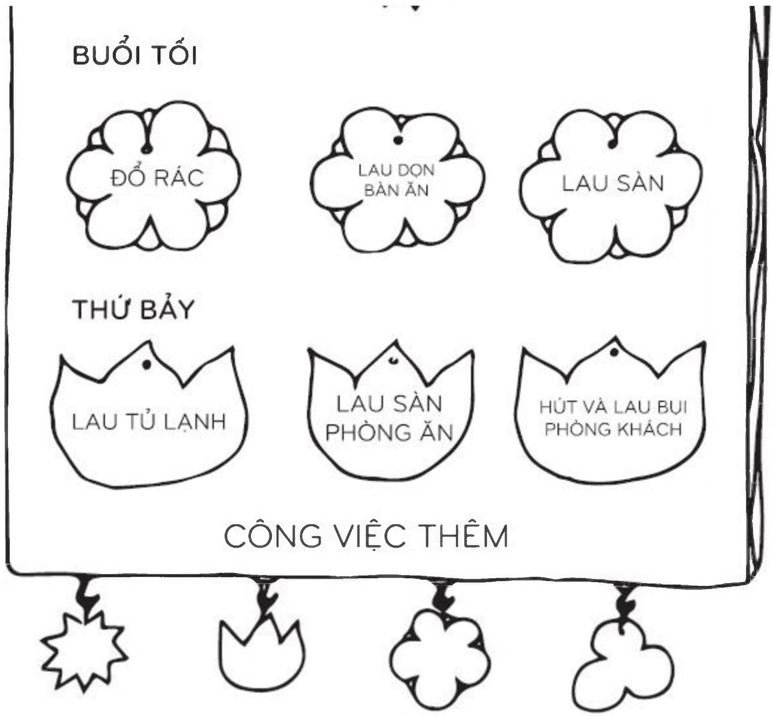
← TÊN CÔNG VIỆC →

TÊN	NẤU ĂN TỐI	HÚT BỤI	DỌN PHÒNG TẮM
LUKE	M TH	W S	T-F
CHRIS	T F	M-TH	W-S
SUMMER	W-S	T-F	M TH

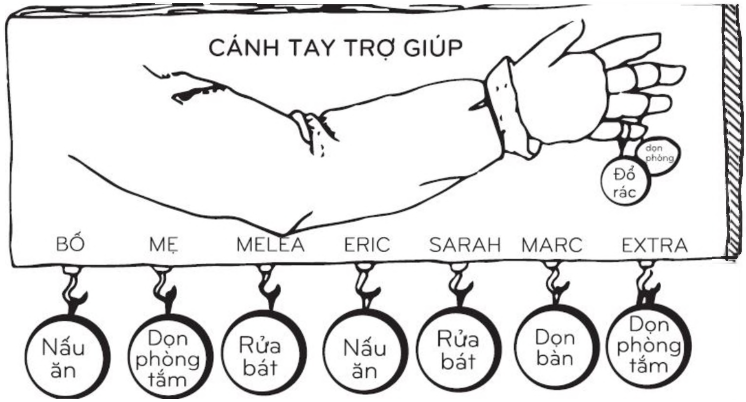
← NGÀY →

3





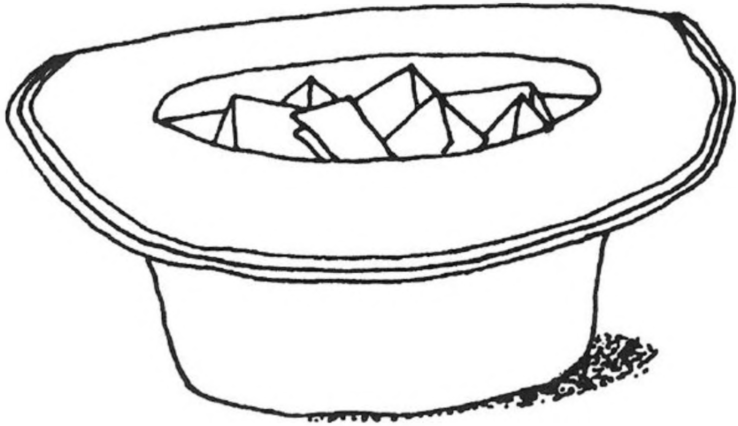
Bàn tay trợ giúp. Tạo ra một bảng của riêng bạn có tên gọi là Bàn tay giúp đỡ mẹ bằng việc cắt một hình bàn tay bằng gỗ hoặc bằng bìa cứng, hoặc sử dụng lại một đôi găng tay cũ, hay khâu hình một bàn tay từ một mảnh vải hoa. Bàn tay và các ngón tay có thể được tạo hình từ chiếc bít tất cũ. Đặt các móc vào dưới mỗi loại công việc. Khi công việc hoàn tất, có thể tháo các miếng đánh dấu ra và treo lên các ngón tay.



NHỮNG PHƯƠNG PHÁP VUI VẺ VÀ CÓ TÍNH THỬ THỬ THÁCH

Những bản phân công tình cờ. Vào thứ Bảy, gia đình nhà Troxell viết các việc cần làm vào những mảnh giấy nhỏ và bỏ vào một cái bình, sau đó mỗi thành viên (kể cả Cha và Mẹ) sẽ nhặt lấy mảnh giấy ghi công việc cần làm. Họ làm việc hết sức vào sáng thứ Bảy, để dành buổi chiều cho vui chơi và các dự định cá nhân.

Ý tưởng này có thể áp dụng được cho các công việc trong một ngày hoặc cả tuần. Bất kỳ thứ gì cũng có thể sử dụng để tổ chức bốc thăm: một chiếc mũ, một quả bí ngô bằng nhựa, hay một cái rổ. Bạn có thể đánh số công việc và làm giống như trò xúc xắc để xem mình làm việc nào, hay chỉ cần rút từ tay người khác như rút các tấm thẻ. Những trò chơi này cũng kích thích thái độ làm việc tích cực.



Lựa chọn công việc. Để tán thưởng hay khuyến khích trẻ, hãy để trẻ *tự chọn* công việc. Một sáng thứ Bảy, Sue Monson bất ngờ nhận được tin nhà sắp có khách nên cô sẽ phải giải quyết tất cả mọi việc. Cô gọi hai đứa con lớn và giải thích rằng những công việc cần làm ở nhà sẽ tốn năm tiếng đồng hồ. Không ai có đủ chừng ấy thời gian trong ngày hôm đó, nhưng nếu họ cùng làm việc trong khoảng một tiếng rưỡi thì mọi việc sẽ xong xuôi trước khi chú Darolg và dì Kathy tới. "Đây là danh sách những việc cần làm. Mỗi đứa hãy lựa chọn những việc trong danh sách này. Eric có thể chọn trước, rồi tới Melea, tới mẹ và quay lại với Eric." Các thành viên trong gia đình cùng chia sẻ công việc sẽ khiến mọi thứ dễ dàng và nhanh gọn hơn. Chia nhỏ những công việc này thành những dự án kéo dài chừng 5-10-15 phút khiến chúng có vẻ như dễ đạt được và mang lại ngay kết quả. Một cặp vợ chồng khác cũng sử dụng ý tưởng tương tự, nhưng để công việc vào những tấm thẻ 7 x 12 cm để mỗi đứa chọn một tấm nhỏ, và khi tới lượt cha thì đã hết các tấm thẻ, vì thế cha có thể làm giám sát. Danh sách khẩn cấp của Monson để chọn như sau:

Danh sách. Trẻ con thích có một danh sách những việc cần làm cho cả ngày, đặc biệt là ngày không phải đi học, khi chúng không phải nhanh nhanh chóng chóng để khỏi muộn. Chúng cảm thấy thoải mái khi gạch đi từng mục đã hoàn thành, nhưng phần thưởng lớn nhất chính là biết rằng khi danh sách đó được *hoàn thành*, chúng sẽ được chơi cả ngày. Những đứa nhỏ hơn sẽ cảm thấy mình đã tiến bộ khi hoàn thành việc nhỏ nhất, cơ

bản nhất như là đánh răng hay chải đầu. Một khi thói quen chăm sóc bản thân cơ bản này đã được hình thành, thì không cần nêu những chi tiết này trong danh sách công việc nữa.

DANH SÁCH NGÀY BẬN RỘN

Thời gian dự kiến	*Công việc cần làm*	*Người thực hiện*
30 phút:	Cắt cỏ ở vườn trước	
30 phút:	Cắt cỏ ở vườn sau	
15 phút:	Dọn hành lang	
10 phút:	Dọn sân trong và cầu thang	
10 phút:	Phun nước sạch sân trong và cầu thang	
15 phút:	Hút bụi cầu thang tầng hầm	
30 phút:	Nấu bữa trưa và bữa tối	
10 phút:	Dọn sàn nhà bếp	
20 phút:	Lau sàn bếp	
30 phút:	Làm bánh	
15 phút:	Hút bụi phòng khách và hành lang	
10 phút:	Lau bụi phòng khách	
5 phút:	Cọ nhà vệ sinh	
5 phút:	Dọn sàn phòng tắm	
10 phút:	Lau sàn nhà tắm bằng khăn ẩm và lau đồ gỗ bằng khăn khô	
10 phút:	Rũ tất cả các thảm ở cầu thang	
15 phút:	Thay khăn trải giường ở phòng ngủ cho khách	
10 phút:	Hút bụi phòng ngủ của khách	
10 phút:	Lau bụi các đồ ở phòng ngủ của khách	
20 phút:	Cắt hoa và cắm hoa	



Hợp đồng. Một hợp đồng trên giấy với trẻ là sự thỏa thuận hai chiều hơn là sự *chỉ bảo* từ một phía. Nếu đó là ý tưởng của cha mẹ thì cũng tốt thôi, nhưng sẽ tốt hơn nếu đứa con cũng đồng ý. Thành quả của việc thực hiện công việc đúng hạn và hậu quả của việc không hoàn thành đúng hạn cũng có thể được nêu ra trong thỏa thuận. Hợp đồng này có thể áp dụng cho công việc một lần, như dọn ga-ra, hay cho những công việc thường xuyên hơn, như là dọn bàn ăn đúng giờ trong vòng một tuần. Phần thưởng có thể là tiền tiêu vặt, thời gian đi chơi đặc biệt với cha mẹ, hoặc một thỏa

thuận công việc nào đó khác. Hãy để trí tưởng tượng của bạn phát huy tác dụng trong trường hợp này.

HỢP ĐỒNG MẪU

Tháng Mười hai
Thời hạn hoàn thành

Được chở đi ăn kem vào thứ Tư bằng xe hơi
Phần thưởng

Tôi, *Irenor* cam kết sẽ lau dọn sạch phòng của mình, bao gồm cả việc dọn dẹp sàn nhà, lau sạch bàn học, tủ, bàn ghế trong phòng, dọn gường, đổ rác, lau bụi các thiết bị trong phòng và lau sàn nhà.

Irenor Atkinson
Người lao động

Pat Atkinson
Người thuê lao động

CÁC BẢNG TIẾN BỘ

Nhiều khi một bảng công việc hàng ngày có thể được sử dụng để đưa ra những kết quả tốt và củng cố tinh thần bọn trẻ ngay lập tức. Những loại bảng kiểu này được dùng khi bạn muốn thúc đẩy những công việc tương đối cơ bản như giúp những đứa con nhỏ dọn giường hoặc đánh răng. Những bảng như vậy rất thành công thậm chí cả khi áp dụng với những trẻ lớn hơn, giống như một biện pháp kích thích khi giảm bớt các trách nhiệm hàng ngày của trẻ. Đôi lúc, khi thói quen công việc thay đổi thì một bảng ghi nhận thành tích như thế có thể tạo ra động lực mạnh mẽ cho trẻ. Những bảng sau đây có thể được dùng để trẻ có thể thấy được thành quả của chúng ngay lập tức mà không cần cha mẹ trực tiếp tham dự vào. (Xem chương 7, để biết thêm nhiều biện pháp khen thưởng).

Bảng Ngôi sao. Một Bảng Ngôi sao đơn giản là sự thúc đẩy rất tuyệt vời, đặc biệt với trẻ nhỏ đang học những kỹ năng cơ bản như chăm sóc bản thân và dọn dẹp phòng riêng của chúng. Nó cũng hiệu quả đối với những trẻ lớn hơn đang cần sự thúc đẩy tính kiên định của chúng. Một bảng tiến bộ đặc biệt hữu hiệu vào đầu mùa hè, khi bọn trẻ có xu hướng lười biếng vì không phải theo lịch trình học tập tại trường nữa. Không nhất thiết lúc nào cũng phải có phần thưởng ở cuối bảng, việc công nhận ngay lập tức và sự củng cố tinh thần sau khi hoàn thành công việc có thể đã đủ rồi. Có một bảng phân công công việc là rất hiệu quả, nhưng có thêm chỗ cho ngôi sao hay một gương mặt cười sẽ mang tới một phần thưởng với thông điệp "Tôi đã hoàn thành việc đó", hay "Tôi đã làm xong." Việc đó làm tăng thêm lòng tự tôn cho trẻ bởi chúng có cảm giác chủ động trong những công việc nhỏ hàng ngày.

BẢNG NGÔI SAO

NANCY

Việc thường ngày vào buổi sáng trước 10 giờ sáng.	Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy	Chủ Nhật
Đánh răng	★				★		
Chải tóc	★	★	★	★	★		
Dọn giường	★	★	★		★		
Mặc quần áo	★	★	★	★	★		
Dọn đồ chơi	★		★		★		

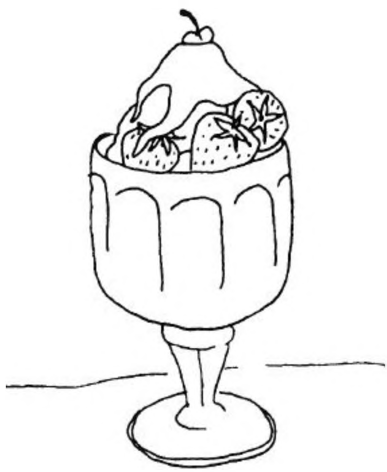
BẢNG TIẾN BỘ DÀNH CHO TRẺ LỚN

		Thứ Hai	Thứ Ba	Thứ Tư	Thứ Năm	Thứ Sáu	Thứ Bảy	Chủ Nhật
JODIE	Dọn phòng	✓	✓	✓	O	✓	✓	
	Tập nhạc	O	✓	✓	O	✓	✓	
	Việc vặt buổi sáng	✓	✓	✓	O	✓	✓	
	Việc vặt buổi tối	✓	✓	O	✓	✓	✓	
BARBARA	Dọn phòng	✓	✓	✓	O	✓	✓	
	Tập nhạc	✓	✓	✓	O	✓	O	
	Việc vặt buổi sáng	O	✓	✓	✓	✓	O	
	Việc vặt buổi tối	✓	✓	O	✓	✓	✓	

Bảng Kem hoa quả. Khi bạn muốn con mình làm việc hướng tới mục tiêu như nấu ăn ngon hơn trong vòng một tuần, hãy thử Bảng Kem hoa quả. Bọn trẻ sẽ "tạo ra" món kem nước hoa quả của chúng từng bước một, kiếm được mỗi muỗng kem hay thêm vào các vị bằng chính những thành tích đạt được. Mặc dù trẻ làm việc hướng tới mục tiêu trong nhiều ngày trước, nhưng chúng chỉ có được sự khích lệ ngay tức thì khi cha mẹ kiểm tra bếp và cho phép trẻ vẽ thêm thứ mà chúng đã kiếm được vào trong bảng. Chúng có thể chọn vẽ thêm một thìa kem cho ba ngày đầu tiên hoàn thành công việc, sau đó là thêm nước sốt cho kem, hoặc các loại hạt và kem tươi.

Vài người có thể cho rằng những cách này vô nghĩa - chỉ là sự mua chuộc. Nếu bạn có một gia đình điển hình thì kiểu gì bạn cũng sẽ có một vài bữa tiệc nhỏ trong tuần. Bữa tiệc có thể diễn ra ở tiệm kem hoặc ở nhà.

Nhưng nếu bạn có thể khiến bọn trẻ nhìn thấy chảo vẫn để trên bếp, đồ dơ chật cứng ở một góc bếp và ruột bánh mì vương vãi khắp sàn, thêm vào đó là việc phải rửa đống bát đĩa của cả sáu ngày, thì khả năng mọi thứ được lau dọn sạch sẽ hơn trong tuần tới là rất lớn, ngay cả khi không có phần thưởng Kem hoa quả sẽ tốt hơn rất nhiều so với việc bạn không dùng phần thưởng. Chúng tôi không thể hứa là bọn trẻ sẽ không đòi kem vào tuần tới, nhưng giờ đây chúng hiểu rằng bạn biết chúng có thể làm tốt công việc dọn dẹp bếp. Bạn đang đứng trên một nền tảng vững chắc. Ngoài ra, hãy đưa ra một cam kết bằng lời nói (sự củng cố về mặt xã hội) với một phần thưởng chắc chắn là Kem hoa quả bởi vì điều này giúp xây dựng một hệ thống phần thưởng hấp dẫn và thực chất. Sau này phần thưởng kem có thể không còn nữa, mà chỉ cần phần thưởng xã hội cũng như cảm giác hoàn thành công việc đã đủ.

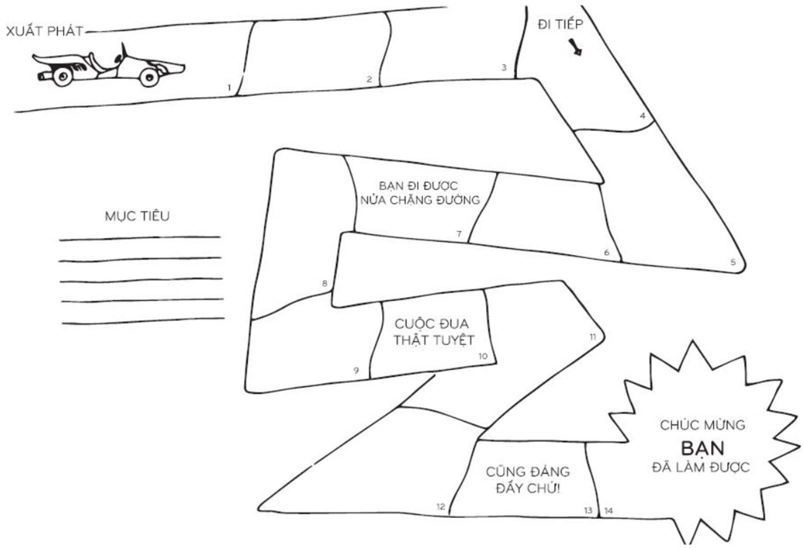


Truy tìm kho báu. DeAnna tạo ra một cuộc truy tìm kho báu cho cậu con trai 6 tuổi của mình. Cô đưa cho cậu một ghi chú đầu tiên, có ghi: "Hãy đổ rác". Ghi chú thứ hai được dán lên nắp của thùng rác: "Hãy rũ thảm nhà tắm." Ghi chú thứ ba (được gắn vào một góc của tấm thảm nhỏ ấy) nói rằng rửa sạch chân ghế trong bếp. Dưới một trong những chân ghế có chiếc phong bì với một dòng chữ ghi nội dung sau đây: "Con có thể được mua một que kem từ người bán kem dạo hôm nay." Trò chơi này mang lại một bài học rằng công việc được phân công sẽ phải hoàn thành trước khi được

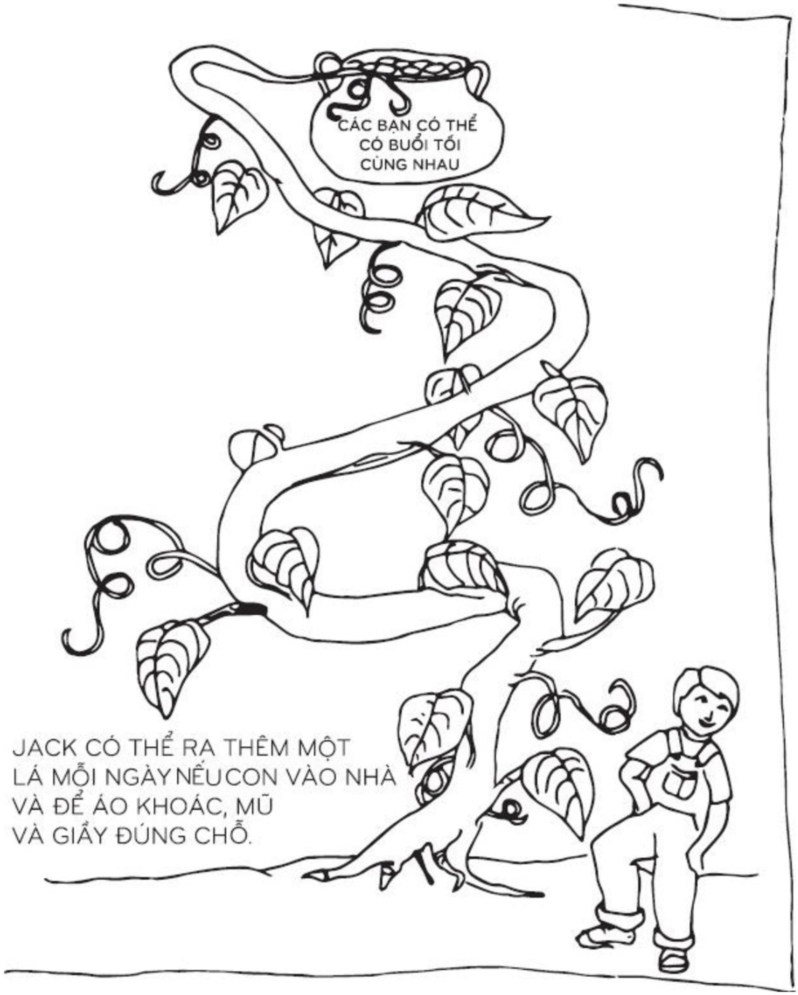
thưởng.

Có một cách khác để trẻ hoàn thành tất cả công việc được giao, sau đó truy tìm kho báu với gợi ý để tìm ra điều bất ngờ. Gia đình Monson từng dùng một sợi dây giăng khắp nhà và khu vườn để tìm ra phần thưởng. Sợi dây này có thể được gắn nhiều gợi ý với những công việc được phân công. Nó có thể được buộc chặt vào ngọn chổi để quét nhà, được quấn xung quanh các đồ vật cần đánh bóng, hay ở một ngăn kéo với những hướng dẫn lau dọn. Cuối sợi dây có thể là một cái va-li hay một máy sấy quần áo, với một món quà nhỏ được đính kèm. Quy định ở đây là sợi dây phải được giấu kín khi trẻ làm theo từ đầu tới cuối, thực hiện các công việc theo đúng con đường được chỉ dẫn.

Bảng Đua xe hơi. Những trẻ nhỏ hay chưa lớn hẳn luôn muốn có phần thưởng ngay lập tức, nhưng khi chúng lớn hơn, chúng ta có thể giúp chúng làm việc với những mục tiêu lâu dài hơn, có thể sử dụng Bảng Đua xe hơi. Đặt mục tiêu như đổ rác hàng ngày trong hai tuần liên tiếp hay thậm chí tập đàn. Vẽ một sơ đồ tương tự như sơ đồ bạn thấy trên bảng các trò chơi và chọn một cái bút, trong trường hợp này chọn một chiếc xe đua. Mỗi ngày, nếu trẻ đạt được mục tiêu, hãy di chuyển vật đánh dấu (xe đua) tiến gần đến đích. Xe có thể được gắn bằng các loại đinh ghim, băng keo, hay nam châm. Đưa ra những lời ghi nhận tốt khi chiếc xe tiến trên đường đua. Nếu bạn nhận thấy trẻ không tiến bộ thì cần điều chỉnh hoặc đánh giá lại. Bảng này có thể được để ở mặt trước tủ lạnh với băng dính màu, sử dụng nam châm làm vật đánh dấu.



Leo lên bậc thang hay cây đậu. Con trai của Mary luôn bỏ áo khoác ở phòng khách và sách vở của cậu vứt bừa bãi trên bàn ăn trong bếp sau khi ở trường về. Cô đã vẽ Bảng Cây đậu để thay đổi thói quen này của con. Mary đảm bảo có chỗ cho con trai cô để đồ và cậu đã hiểu chúng phải ở đúng chỗ. Cô vẽ cây đậu (hoặc có thể là một cái thang) lên một tờ giấy to. Có một bảng được sử dụng để đo chiều cao. Một chú búp bê bằng giấy được sử dụng để đo sự tiến bộ hướng lên phía ngọn cây, khi đứa trẻ đạt đến những mốc quan trọng. Chọn một thói quen cần sửa đổi và phương pháp đo tiến bộ chính là sự di chuyển của búp bê, tất cả nhằm tăng thêm hành vi tích cực.



Trò chơi bi. Hãy thử dùng trò chơi làm phần thưởng cho sự tiến bộ. "Khi con kiếm được 20 viên bi, mẹ sẽ chơi Cờ Đam[1] với con." Đó có thể là một trò chơi mà trẻ thích và một trò với số lượng quân nhất định. Trẻ sẽ hiểu phải làm việc gì để kiếm đủ thẻ chơi trò chơi kia. (Rửa bồn sạch thì được hai viên bi, và cứ thế). Để những viên bi kiếm được hoặc những đồ

ghi nhận khác trong một chiếc bát nhựa, nơi trẻ có thể nhìn thấy và đếm được. Cờ Đam, cờ Tướng, Chiến hạm, chơi Sắp chữ, cờ Đô-mi-nô là một số trò chơi thú vị có thể sử dụng. Phần thưởng được đưa ra vào lúc thích hợp - phần thưởng đó phải được bọn trẻ ghi nhận và quý trọng.



CHƯƠNG 5
Dạy trẻ cách làm việc

Nếu muốn các con bạn làm việc nhà, bạn sẽ phải dạy chúng. Rất tiếc khi nói rằng, chúng có thể sẽ không học đơn giản theo kiểu nhìn người lớn làm mẫu đâu. Bạn sẽ phải chỉ cho chúng, hướng dẫn cặn kẽ, kiểm tra, khen ngợi chúng và biết làm việc nhà không phải là điều đạt được ngay trong một ngày. Nhưng sẽ vô cùng thú vị khi thấy được sự tiến bộ của các con mỗi ngày. Trẻ thường có khả năng làm được nhiều thứ hơn những gì chúng được yêu cầu. Chúng ta có xu hướng đánh giá thấp khả năng của con. Đây chính là một thiếu sót trong hướng dẫn trẻ làm việc, điều này có thể do chúng ta không dạy dỗ trẻ từng bước một trong quy trình hoàn thành một công việc. Bạn có thể sẽ phải đọc đi đọc lại chương này khi gặp khó khăn. Trẻ hoàn thành công việc tốt đến đâu phụ thuộc vào năm yếu tố.

Chúng ta sẽ thảo luận về bốn yếu tố đầu tiên trong chương này.

VIỆC HỌC HỎI CỦA TRẺ PHỤ THUỘC VÀO:

1. Phong cách học của trẻ
2. Cách thức thực hiện công việc
3. Phương pháp dạy
4. Sự giám sát
5. Phần thưởng và hình phạt.

PHONG CÁCH HỌC

Liệu con của bạn sẽ hoàn thành công việc tốt nhất khi tiến hành một mình hay làm cùng người khác? Liệu bé là một người thích tự đọc hay thích nghe? Liệu bé có chịu ảnh hưởng từ bạn bè hay những thành viên khác trong gia đình không? Mỗi đứa trẻ lại có cách học hỏi và tiếp nhận thông điệp từ thế giới theo một cách rất riêng. Nghiên cứu đã giúp các nhà giáo dục nhận diện những xu hướng học tập khác nhau. Họ biết rằng một số học sinh học tốt trong các lớp học truyền thống trong khi số khác thì lại học tốt trong các môi trường mở, tự do. Ở nhà bạn cũng có thể tìm hiểu phong cách của con bằng cách sau: thích làm việc một mình hay với các thành viên trong gia đình; những hướng dẫn bằng lời có dễ hiểu hơn khi chúng đọc trên giấy; liệu chúng có thích hướng dẫn chi tiết từng bước một hơn là hướng dẫn chung chung. Đôi khi, trẻ khám phá ra cách tốt nhất để làm việc là ít bị giám sát.

"Liệu con thích làm việc một mình, với bạn con hay với cha hoặc mẹ?"

Phong cách: Độc lập, nhóm hay gia đình.

"Liệu chúng ta có nên sử dụng một bảng để ghi rõ những phần công việc của con, hay mẹ chỉ cần nói với con những gì con phải làm thôi?"

Phong cách: Đọc hay lắng nghe.

"Liệu con có muốn mẹ giải thích cẩn thận cách rửa xe hơi không hay con muốn đọc và làm theo tài liệu hướng dẫn đó khi con phải rửa xe?"

Phong cách: Hướng dẫn chi tiết hay tự tìm hiểu.

Hầu hết con trẻ đều có vài phong cách ưa thích; hiếm đứa nào có thiên hướng mạnh về một phong cách. Hãy nhớ rằng những đứa nhỏ thì thường có thiên hướng gần gũi với gia đình hơn những đứa đã lớn. Một số trẻ có thể chỉ thích làm việc với ai đó hơn là làm việc một mình. Hãy xem xét trường hợp của Erica, một em bé 8 tuổi, luôn dành mỗi phút rảnh rỗi của mình để đọc sách. Lời nói của mẹ cô bé như nước đổ lá khoai. Phong cách của Erica là từ ngữ được viết ra. Một tờ ghi chú liệt kê các nhiệm vụ công việc của bé sẽ có tác dụng hơn là chỉ nói những việc phải làm. Nhưng trong gia đình cô bé, thì John lại thường thích nói chuyện và lắng nghe rất chăm chú những gì cha cậu đọc cho cậu. John có thể được cha mẹ hướng dẫn bằng lời những việc cần làm và thực hiện điều đó - cậu bé là kiểu người lắng nghe. Nhiều đứa trẻ muốn làm việc với một nhóm người. Với chúng một "giờ dọn dẹp cùng gia đình" sẽ hiệu quả hơn làm một mình. Những đứa khác thì lại thích tận hưởng những giờ phút riêng tư và thực hiện công việc xuất sắc một cách độc lập.

Những phương pháp khích lệ và dạy dỗ mà bạn sử dụng với con trẻ có thể được lựa chọn sao cho phù hợp với những phong cách học hỏi cá nhân của chúng. Nếu Tom dễ bị ảnh hưởng từ bạn bè hơn từ gia đình, thì hãy sử dụng phần thưởng để khuyến khích thói quen thực hiện công việc tốt hơn bằng cách đưa ra ưu tiên cho trẻ, như kiểu có thể rủ bạn tới nhà chơi một tối, hay đi xem phim với nhóm bạn thân. Những đứa nhỏ hơn có thể được khuyến khích bằng lời hứa cùng chơi một trò chơi với cha và mẹ sau giờ làm việc.

Hãy quan sát và lắng nghe các con của bạn để tìm ra những sở thích học tập đặc biệt của chúng, để lựa chọn phương pháp hướng dẫn công việc phù hợp với phong cách đó - điều này giúp trẻ học hỏi dễ dàng và chúng sẵn sàng hợp tác với bạn.

BÀY CÁCH VÀ CHỈ DẪN TỪNG BƯỚC

Hãy giả sử chúng ta sắp dạy cho một bé trai 5 tuổi cách lau dọn nhà tắm. Chúng ta cần:

1. Chia nhỏ công việc thành nhiều phần

2. Hướng dẫn cách làm thông thường

3. Sử dụng các thiết bị và vật dụng cần thiết.

Chúng ta sẽ không bắt cậu bé phải lau dọn cả nhà tắm. Hãy bắt đầu với ba việc nhỏ trước: cọ bồn rửa mặt, đánh bóng vòi nước và rũ thảm. Hãy nghĩ xem cần dụng cụ nào; cậu bé sẽ lấy nước tẩy rửa ở đâu? Bạn muốn bé dùng giẻ lau hay miếng bọt biển để lau? (Hy vọng sẽ không phải là một cái khăn mặt.) Cậu có thể tìm thấy các vật dụng ấy ở đâu? Liệu cậu có với tới bồn rửa? Có thể cần một chiếc ghế cao. Khi hướng dẫn cách làm cho cậu bé, bạn hãy đưa ra các hướng dẫn dùng bao nhiêu chất tẩy rửa, việc thu gom rác ở nắp cống trong nhà tắm thế nào và không để nước tẩy rửa lên các vòi nước và tay cầm làm bằng crôm (khi chất tẩy rửa dây vào các tay cầm vòi nước bằng crôm sẽ khiến chúng bị xỉn màu). Khi rũ thảm, hãy dạy cho cậu cách cuốn nó lại và cẩn thận mang thảm ra ngoài để bụi bẩn không rơi ra. Lúc đầu, việc hướng dẫn sẽ mất thời gian và sức lực. Hãy theo sát trẻ mỗi ngày khi cậu lau dọn nhà tắm, hãy giảm dần sự trợ giúp của bạn nhưng vẫn động viên cho tới khi cậu có thể tự hoàn thành tốt công việc đó ít nhất *ba lần*. Cần thường xuyên đưa ra những lời khuyến khích và nhận xét tích cực vào giai đoạn này. "Trông nhà tắm thật sạch sẽ khi những gờ bẩn màu nâu quanh cống được cọ sạch." "Cái tay nắm sáng bóng thật đẹp, con có thể soi gương vào ấy." Bạn đang thu hút không chỉ ý thức về mặt thể chất của trẻ vào công việc đó, mà còn cả về cảm xúc nữa. Trong trường hợp này, những cảm xúc vui vẻ đang giúp hình thành thái độ với công việc: "Trông nó thật đẹp, con có thể làm việc đó và con thích nó sạch sẽ thế này." Bạn hãy nhớ, ngay cả với bạn, thì lần đầu nấu một món ăn mới sẽ dễ dàng hơn nếu có ai đó trực tiếp nấu món đó cho bạn xem. (Các nhà tâm lý gọi đó là *làm mẫu*.)

Chia nhỏ công việc. Bạn không thể chỉ bảo trẻ đi giặt đồ mà không dạy cho chúng cách làm. Chúng cần phải biết cách phân loại quần áo, biết sử dụng máy giặt, chọn chế độ sấy thích hợp, phơi, gấp quần áo và những việc khác. Mỗi công đoạn này cần được chia nhỏ. Đối với một đứa trẻ, khái niệm dễ nhớ hơn kiểu học vẹt. Ví dụ, khi dạy chúng cách phân loại quần áo bẩn, bạn có thể nói về việc chia theo màu, theo vết bẩn, loại vải, nhưng cũng có thể bao gồm tất cả những khái niệm đó giống như: "Chiếc váy này được làm từ loại vải giống vải quần jeans của con, vì thế chúng ta sẽ để nó cùng với các loại quần áo vải bò, liệu chúng ta có nên để nó chung với các loại quần áo lao động (cũng bằng vải bò) của cha và các anh trai con không?" Hãy dạy cho chúng cách phân tích. Có thể treo một tấm bảng chỉ dẫn cách giặt và vận hành máy giặt trong khu vực giặt quần áo. Làm rõ các

hướng dẫn và quan sát trẻ thực hiện vài lần.

Không phải chỉ có trẻ con mới biến mọi thứ thành một đống bừa bộn nằm ngoài khả năng dọn dẹp của chúng. Đã bao giờ khu bếp nhà bạn lộn xộn đến nỗi bạn không biết phải bắt đầu dọn từ đâu chưa? Liệu bạn có ước ai đó tới giúp không? Thỉnh thoảng, chúng ta cũng gặp vấn đề không biết bắt đầu từ đâu bởi vì mọi thứ dường như đều cần ưu tiên giải quyết - bạn không thể bắt đầu rửa bát cho tới khi có chỗ để chén bát sạch. Một núi việc như vậy cần phải được chia nhỏ thành từng phần để hoàn thành. Cất những chiếc chén bát sạch trong máy sấy khô bát đĩa hoặc trong máy rửa bát. Dọn sạch bồn rửa. Đổ đầy bồn với nước xà bông nóng. Cho chén bát bằng bạc vào bồn nước đó và rửa sạch. Làm khô chúng. Lại cho chén bát bẩn vào bồn và lặp lại quy trình ấy. Rửa sạch cả một tủ chén bát và cứ thế lặp lại. Lúc này, một bảng nhỏ ở bếp, bên cạnh bồn rửa liệt kê quy trình rửa bát rất hữu ích. Khi đã là một người trưởng thành, Bonnie vẫn thấy rằng cô không thể bắt bản thân mình dọn sạch khu bếp ngay lập tức. Mỗi ngày, cô dọn một phần nhỏ - dọn một tủ chén bát hoặc tủ lạnh vào hôm nay, dọn bếp đun vào ngày mai. Dù dọn tất cả trong một ngày không hề vượt quá khả năng của cô, nhưng cô không thể thuyết phục bản thân mình làm được. Nhưng sau một tuần làm từng phần nhỏ như thế, cô tự nói với mình: "Lạ nhỉ, mình hầu như đã dọn sạch bếp. Mình cá sẽ hoàn thành mọi việc trong hôm nay." Có vài kỹ thuật chia nhỏ công việc ở đây. Krista - một cô trông trẻ chuyên nghiệp, khiến bọn trẻ dọn đồ chơi và quần áo bằng cách chia màu, có một chút theo cách thức của Mary Poppins[1]: "Hãy dọn tất cả những thứ màu đỏ nào!"

Tất cả chúng ta đều chần chừ, do dự bước vào một đường hầm khi chúng ta không nhìn thấy cuối đường hầm đó, bởi vì sợ không có lối ra. Dọn cỏ trong vườn cũng kiểu như một đường hầm dài, nhưng nếu chia khu vườn thành từng phần nhỏ bằng một sợi dây hay chỉ yêu cầu làm từng hàng, từng luống một mỗi ngày thì lại là một công việc không quá sức. Thay vì nói "Hãy dọn nhà" thì hãy tuyên bố một buổi-dọn-hai-mươi (mỗi người dọn và cất gọn 20 món đồ), hay là dọn-dẹp-năm-phút, hãy đưa ra một công việc có thể thấy được kết quả. Hãy nhớ rằng, sau khi một công việc được hoàn thành, lại giao thêm một công việc khác nữa sẽ khiến phần thưởng vì hoàn thành công việc trước đó bị mất hết tác dụng. "Sao phải vội chứ? Nếu mình nhặt cỏ ở luống đậu này xong thì cha sẽ lại giao ngay cho mình một luống đậu khác." Việc nói với trẻ thời điểm hoàn thành công việc sẽ giúp chúng nhìn thấy được lúc công việc hoàn thành để chúng còn có thời gian

tự do.

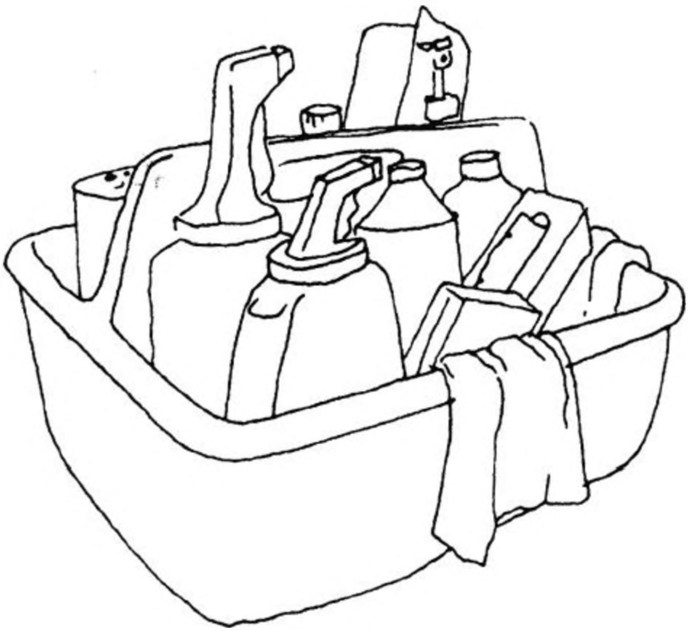
Hãy đưa ra thông báo về thời hạn công việc sắp tới, hãy giữ cho thời hạn được ngắn gọn và đảm bảo thành công. Ở hầu hết các trường tiểu học, một hồi chuông báo được rung trước tiếng chuông chính thức năm phút, tiếng chuông này báo hiệu bắt đầu giờ học. Việc báo trước công việc sẽ đảm bảo sự hợp tác của trẻ. Một lộ trình chuẩn như các việc vặt buổi sáng cần làm trước khi tới trường hay vui chơi hoặc công việc vặt buổi tối lúc 5 giờ chiều cần được xây dựng với cơ chế báo trước. Điều này tránh cho bọn trẻ suy nghĩ "những bất ngờ đầy bất công". Các thông báo sớm khác có thể dành cho những ngày làm việc thêm: "Thứ Bảy chúng ta sẽ làm việc trong vườn tới trưa." Đưa ra thông báo sớm năm đến mười phút trước lúc ăn tối hoặc trước lúc hết giờ chơi sẽ giúp cho trẻ cảm thấy công bằng trong gia đình.

Làm thế nào để thúc đẩy những đứa trẻ hay trì hoãn? Hãy thử một hoạt động thú vị nhất để bắt đầu một dự án hoặc khơi dậy cảm hứng làm việc. Hãy hỏi: "Con định làm gì với căn phòng này?" Thỉnh thoảng, chỉ thực hiện một hoạt động trong khoảng 15 phút có thể khiến đứa trẻ vượt qua được sự trì hoãn. Củng cố một hoạt động bằng một hoạt động được ưa thích khác thường giúp trẻ bắt tay vào một kế hoạch mà chúng còn đang chần chừ chưa làm. Làm việc trước khi chơi. Sức hấp dẫn với việc đi thư viện và đi bơi ở mỗi đứa trẻ có mức độ khác nhau. Lập một danh sách những việc mà con của bạn thích làm, bạn sẽ biết được những sở thích, phong cách học tập và những biện pháp khuyến khích khả thi dành cho con. Đối với những trẻ còn nhỏ, một hoạt động nổi bật được ưa thích là nghe hoặc đọc truyện trước khi đi ngủ. Cha mẹ có thể nói với trẻ rằng khi trẻ đã sẵn sàng đi ngủ, thay quần áo và đánh răng, chúng mới được phép đọc truyện. Để có thêm chút khuyến khích ngoài phần thưởng này, cha mẹ có thể đặt đồng hồ hẹn giờ và nói: "Nếu con sẵn sàng đi ngủ trong 10 phút nữa, mẹ sẽ đọc một câu chuyện cho con." Tuy nhiên, có một điều là phần thưởng sẽ chẳng còn ý nghĩa nếu trẻ bị giao một nhiệm vụ quá lớn. Chẳng hạn, mẹ đề nghị: "Khi *mọi thứ* trong phòng con thật gọn gàng ngăn nắp, thì mẹ sẽ đọc truyện." Đôi khi biện pháp đưa ra một lời từ chối dứt khoát hoặc hình phạt nhẹ nhàng lại có tác dụng hơn. "Không được xem ti-vi cho tới khi quần áo của con được dọn gọn gàng" là một lời từ chối dứt khoát. Hãy cho trẻ lựa chọn và sau đó đưa ra một lối thoát để chúng khỏi bị phạt khi đã thực hiện công việc.

Chuẩn bị các thiết bị và dụng cụ cần thiết để **công việc dễ dàng hơn cho trẻ.** Khách tới nhà McCullough có thể khó tìm thấy cốc uống nước vì chúng được để ở dưới quầy tủ bếp, nơi bọn trẻ có thể dễ dàng cất vào khi dọn dẹp bồn rửa hoặc lấy ra khi chuẩn bị bàn ăn tối mà không cần có sự trợ giúp của cha mẹ. Hãy khiến cho mọi việc thật dễ dàng để trẻ có thể tự mình làm. Liệu có cái móc nào thấp để bọn trẻ tự móc áo khoác của chúng lên? Liệu giường của trẻ có phải loại giường mà chúng có thể tự dọn? (Dọn giường tầng hay giường đôi là quá khó với trẻ.) Cũng nên xem xét liệu có quá nhiều thứ trong khu vực quản lý của trẻ hay không. Có thể một chiếc chổi nhỏ sẽ giúp chúng dễ quét nhà hơn.

Bố trí một chiếc rổ đựng đồ để giữ những dụng cụ lau dọn cơ bản như: dụng cụ lau dọn, nước tẩy, khăn lau, giấy cuộn sẽ giúp việc lau dọn dễ dàng hơn nhiều. *Chú ý: Để những dụng cụ không an toàn với trẻ ở một chỗ riêng mà trẻ không lấy được.* Đừng ngại dán nhãn vào các giá để chỉ dẫn từng thứ một. Xác định chỗ để kéo, búa bằng bút dạ đánh dấu. Hãy viết ra các chỉ dẫn ở nơi cần thiết. Hãy để lại ghi chú như: Xả sạch bồn rửa sau khi đánh răng". Hãy tìm cách sắp xếp đồ đạc quanh nhà thuận tiện cho trẻ.

Một điều thật thú vị là trang phục ảnh hưởng tới thái độ, hành vi và kết quả công việc. Được trang bị dụng cụ và có trang phục gọn gàng sẽ tạo ra không khí sẵn sàng làm việc. Cách làm việc phản ánh tâm trạng của bản thân. Hãy để trẻ tự mặc đồ, chải đầu và đánh răng. Ngay cả loại giày dép cũng có thể tạo ra sự khác biệt về thái độ trong công việc. Một đôi dép đi trong nhà gián tiếp nói rằng bạn chưa sẵn sàng làm việc, mà vô thức khiến bạn cảm thấy như đang thư giãn - điều đó có thể khiến công việc bị chậm lại.



Sherolyn thấy rằng sử dụng màu sắc đánh dấu có thể giúp bọn trẻ nhà cô dễ dàng thực hiện hơn. Có một bài báo nói về bà mẹ sinh năm đã mặc cho mỗi đứa trẻ một màu để có thể phân biệt chúng. Lúc đầu, Sherolyn cũng cho rằng như thế không công bằng; chắc chắn các cô bé lớn lên sẽ ghét màu sắc mà chúng đã mang hồi nhỏ. Tuy nhiên, đó lại là cách để khiến các con cô độc lập chứ không phải giống nhau. Sherolyn áp dụng ý tưởng này cho các đồ vật của các con, không nhất thiết chỉ mỗi màu sắc quần áo của chúng. Cô ấn định mỗi đứa trong số ba đứa trẻ nhà cô một màu sắc riêng: đỏ, vàng và xanh bởi vì đó là những màu sắc cơ bản và dễ nhớ. (Trong khi mẹ là màu xanh lá cây và cha là màu tím). Sau đó, cô gắn vào mặt trái quần áo của các con một miếng vải vuông nhỏ, khâu những mẫu vải đó vào một vài món quần áo và gắn chúng vào những cái khác bằng một cái ghim an toàn màu vàng. Điều này khiến bất kỳ một thành viên nào trong gia đình cũng có thể dễ dàng phân biệt và gập quần áo sau khi giặt xong. Sợi chỉ thêu được khâu vào đầu ngón chân của những chiếc tất. Bằng cách đó, đôi tất dài màu trắng tuyệt đẹp của mẹ không bị để lẫn vào đống đồ của các con trai. Sherolyn mua các cốc nhựa với ba màu ở giá để cốc trong nhà tắm, giúp cho việc lấy nước dễ dàng và khỏi phải rửa đến mười

lăm cái ly uống nước mỗi ngày. Cô cũng mua album ảnh và bàn chải đánh răng cùng màu như trên. Những chiếc bút dạ cũng được sử dụng để đánh dấu đồ vật. (Những chiếc bút này có thể có cùng màu được sử dụng trong những lịch hoạt động của gia đình). Tất cả những điều này giúp cho bọn trẻ trở nên độc lập và khiến mọi việc dễ dàng. Ngoài ra, Sherolyn đặt khoảng hai trăm nhãn từ một cửa hàng vải gần nhà (chỉ khoảng hai xu một chiếc) mà gia đình Elrich hay sử dụng, để đính vào quần áo. Trước khi một đôi găng tay hay một chiếc áo len mới được sử dụng thì quy định chúng phải có một nhãn mác để dễ biết được đồ đó là của ai. Khi bọn trẻ có chiếc áo khoác màu xanh hải quân, giống như mọi đứa trẻ trong trường, thì cô sẽ khâu một hoa văn nhỏ bên ngoài chiếc áo để bọn trẻ dễ phân biệt. Cô cũng làm như vậy với mũ len của bọn trẻ. Mặc dù nhà Elrich gắn nhãn vào mặt trái của quần áo, nhưng một hoa văn nhỏ hình con cóc hay hình lá cờ ở bên ngoài giúp bọn trẻ có thể nhận ra ngay.

Dạy trẻ làm việc một cách tuần tự. Chỉ cho trẻ công việc tuần tự từ đầu đến cuối, từ ngoài vào trong, dọn dẹp cả những đống lộn xộn ở xung quanh phòng trước khi tiến vào phòng để đồ. Nếu ban đầu đã bắt tay vào dọn dẹp phòng để đồ thì chỉ làm cho mọi việc thêm tồi tệ. Dọn dẹp những thứ lớn trước và sau đó đến những đồ nhỏ hơn. Giường thường là thứ lớn nhất trong phòng ngủ. Khi giường ngủ đã được dọn dẹp thì phòng trông gọn gàng hơn đến 70%. Eric Monson đã nhận xét: "Phòng của con dường như sạch sẽ hơn rất nhiều, và tất cả những gì con làm là dọn giường ngủ của mình." Hãy dọn dẹp theo hướng chiều kim đồng hồ quanh phòng hoặc từ phía sau cho tới trước cửa phòng để chúng ta không dọn lại khu vực đã được dọn rồi. Học cách dọn dẹp đống lộn xộn trước khi nó trở thành một đống gớm ghiếc không thể dọn. Hãy dừng mọi việc và dành thời gian sau mỗi lần chơi và trước khi ăn, hay trước khi đi ngủ để trẻ có thêm thời gian dọn dẹp. Nếu không thế thì làm sao bạn có thể hy vọng tạo ra một thói quen được?.

Sẽ có một số phương pháp lau dọn đặc biệt, hơi trái khoáy so với thông thường hoặc so với kiến trúc của nhà bạn nhưng lại cần được dạy cho con trẻ. Nếu máy nghiền rác không hoạt động, rác phải được chia nhỏ và bỏ vào trong thùng rác. Hãy nói với bọn trẻ tại sao bạn lại để rau xà lách xoăn vào ngăn mát của tủ lạnh (để nó không bị đông cứng lại), và hãy bảo trẻ đậy nắp hoặc vung vào phần đồ ăn còn thừa trước đặt vào trong tủ lạnh, bởi vì chức năng làm lạnh của tủ sẽ hút hết độ ẩm ra khỏi thức ăn (khiến đồ ăn bị khô) và đồ ăn đó sẽ hút các mùi khác trong tủ lạnh. Chúng tôi không thể đảm

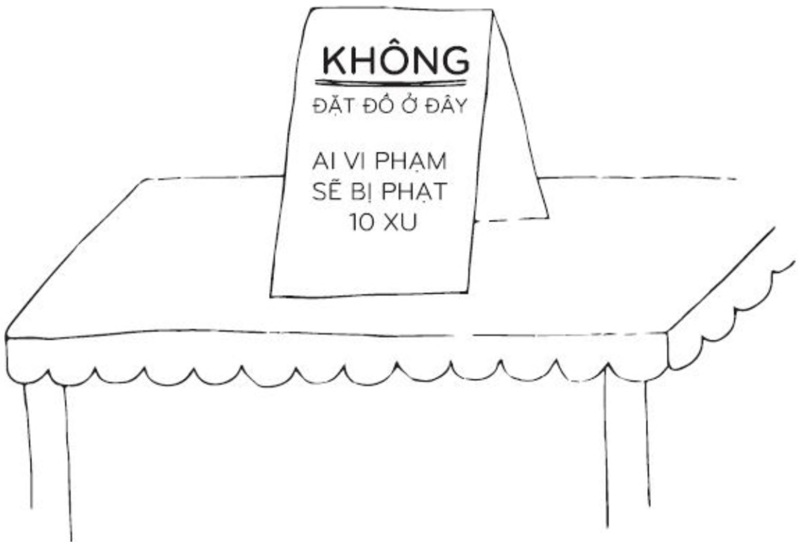
bảo trẻ sẽ làm theo tất cả những chỉ dẫn của bạn, nhưng nếu chúng hiểu nguyên tắc, thì thường chúng sẽ làm theo.

Kiên trì thiết lập trật tự. Chúng ta thường có ấn tượng vô thức khi mới bước vào một ngôi nhà. Một người trông coi nhà cửa đã từng nói: "Khi lối vào và phòng vệ sinh của một ngôi nhà sạch sẽ thì bạn sẽ thường kết luận cả ngôi nhà đó sạch sẽ." Chúng ta không quá lo lắng về việc các vị khách tới nhà nghĩ gì bằng việc chúng ta quan tâm cả gia đình cảm thấy thế nào trong ngôi nhà của mình. Bụi bẩn, rác rưởi thực sự có hại cho sức khỏe. Sự bừa bộn khiến ta lúng túng và tốn thời gian. Nhưng một ngôi nhà quá sạch sẽ cũng không thoải mái. Mục tiêu của chúng ta là một ngôi nhà gọn gàng, ngăn nắp. Một người đàn ông phàn nàn rằng ngôi nhà luôn bừa bộn - điều đó không đúng. Vấn đề ở chỗ khi anh bước vào nhà thông qua ga-ra ô tô và phòng giặt đồ, hai phòng này lúc nào cũng chất đầy quần áo chuẩn bị giặt hoặc chưa được gấp gọn gàng, và ấn tượng đó khiến anh nghĩ cả ngôi nhà đều lộn xộn như thế.

Điều quan trọng phải đảm bảo mọi thứ không bị vứt lộn xộn khắp nơi trong nhà. Trong một số ngôi nhà, bạn có thể vào nhà và "đọc" được hết mọi thứ đã diễn ra: Chú chó đã dành chiến thắng với dải ruy băng cho cái đuôi xoăn nhất (giấy chứng nhận đang nằm trên dàn âm thanh), một cuốn sách nấu ăn mới vừa được chuyển tới (nó nằm trên bàn uống cà phê), thông báo của trường học và các hóa đơn đang nằm trên bàn ăn ở trong bếp☐ Hãy tạo ra một nơi lưu trữ mọi thư từ và các thông báo của nhà trường cho đến khi chúng được xử lý. Đó có thể là một cái kẹp tài liệu cho thư từ. Nhà McCullough có một góc "thư tín" ở trong bếp (có vẻ không dễ nhìn lắm), được dùng để làm "trạm đỗ tạm thời" cho những giấy tờ như thế, nhưng họ không cho phép mọi nơi trong nhà trở thành một điểm tập kết giấy tờ. Một bà mẹ khởi động chiến dịch chống lại thói quen "buông quăng bỏ vãi" bằng cách đặt tấm biển ở trên bàn như một lời nhắc nhở. "Không đặt đồ ở đây. Ai vi phạm sẽ bị phạt 10 xu."

Nhiều bậc cha mẹ phàn nàn rằng con cái họ thường vứt một hàng dài áo khoác và sách vở đằng sau mỗi khi chúng đi lại trong nhà. Hãy tạo một nơi để các món đồ như vậy. Tạo các móc treo và giá treo ở nơi thuận tiện hay trước tủ đựng đồ. Sau đó, thuyết phục trẻ sử dụng chúng. Ngay cả một cái hộc ở dưới ghế ngồi để chứa sách vở ở trường cũng còn tốt hơn là sách vở bị vứt ở khắp nơi. Bỏ mọi thứ ở những khu vực chính của căn nhà mang tới hình ảnh ẩn dụ của việc "buông quăng bỏ vãi" ảnh hưởng tới cả gia

đình. Một nhà hiền triết đã từng nói rằng: "Cách chúng ta làm việc nhỏ phản ánh cách chúng ta làm việc lớn". Điều này có thể là việc quản lý và sắp xếp những thứ nhỏ nhặt khiến cho ngôi nhà trở nên gọn gàng và ngăn nắp.

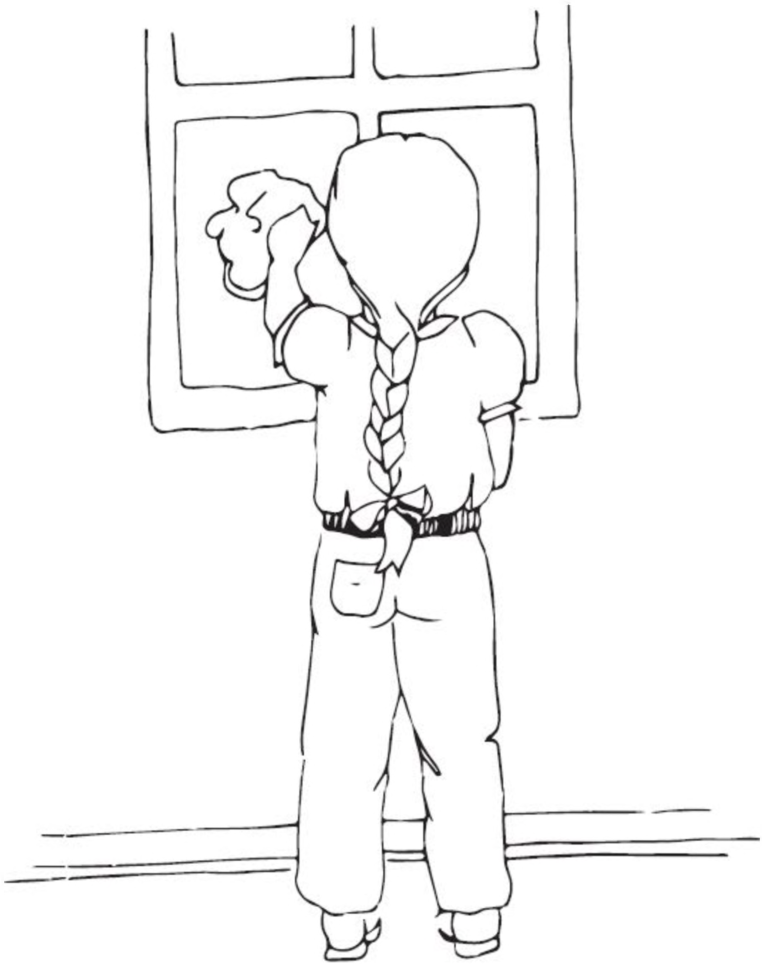


Thiết lập thời gian biểu. Liệu bọn trẻ có làm việc vào buổi sáng, sau khi ăn tối, sáng thứ Bảy hay chiều thứ Sáu không? Thiết lập lịch làm việc mỗi ngày hoặc mỗi tuần sẽ giúp trẻ đảm nhận công việc và lên kế hoạch cho các hoạt động liên quan tới nhiệm vụ làm các công việc nhà khác. Để nâng cao sự hợp tác của các thành viên, hãy cùng nhau đưa ra quyết định này trong cuộc họp hội đồng gia đình. Trái ngược với mong muốn của trẻ, hiệu quả công việc sẽ cải thiện nếu bọn trẻ không gặp gỡ bạn bè trong lúc làm việc. Chúng cần có thời gian, không có bạn bè chơi cùng ở bên cạnh để tập trung làm việc và bạn cần phải quy định điều này. Một bà mẹ đặt ra quy định các con của cô sẽ không được phép chơi với các bạn hàng xóm cho tới tận buổi trưa để hoàn thành các công việc vặt trong gia đình, luyện tập nhạc và các hoạt động cần suy nghĩ và yên tĩnh. Một bà mẹ khác thì thích các khoảng thời gian vui chơi là chín giờ đến mười hai giờ sáng và ba giờ đến năm giờ chiều. Một bà mẹ thứ ba có cách tiếp cận linh hoạt hơn, nhưng quy định, "không chơi và không xem ti-vi cho tới khi các công việc vặt và giường ngủ đã được hoàn thành." Quyết định của bạn sẽ phụ thuộc vào độ tuổi, sở thích của trẻ, thời tiết và thời gian biểu của bạn. Bạn có thể thiết

lập dấu hiệu dành cho thời gian vui chơi, ví dụ như có người sẽ giơ cờ đỏ khi thời gian "bơi tự do" (nhà có bể bơi) đã tới.

NHỮNG MẪU HÌNH Ở NHÀ

Khiến cho bọn trẻ tin tưởng rằng công việc có thể hoàn thành được bằng cách chỉ ra cho chúng thấy hai mẫu sau: một mẫu hình cá nhân và tiêu chuẩn cho một công việc tốt. Để đưa ra một mẫu hình cá nhân, hãy cẩn trọng khi sử dụng anh chị em của trẻ hoặc bạn bè vì có thể làm trẻ cáu giận. Tốt nhất là sử dụng chính đứa trẻ làm hình mẫu khi đề cập tới những thành công trước đó của trẻ. "Con đã từng làm được... thì con có thể cũng sẽ làm được điều này..." Ví dụ, khi Eric Monson đang đánh vật với việc đưa báo tại Colorado, mẹ cậu chỉ ra rằng tuyến giao báo ở Michigan khó khăn thế nào, nhưng việc giao báo ở đó đã dễ dàng hơn khi cậu nhớ lại toàn bộ tuyến đường. Một lần khác, mẹ cậu đã khuyến khích cậu bằng cách nói: "Con đã viết một câu chuyện thật tuyệt về những người Mỹ da đỏ. Mẹ cá là con có thể viết một câu chuyện nữa thật tốt về Tổng thống Lincoln." Sau đó, cô đã khiến việc viết truyện trở nên dễ dàng hơn bằng cách đưa cậu con trai tới thư viện. Xây dựng thành công dựa vào những thành tựu quá khứ giống như một hình mẫu cho trẻ, giúp chúng tin rằng điều đó là hoàn toàn có thể. Chỉ đề cập tới mặt tích cực mà không phải phần hạn chế, chính là kỹ thuật làm biến mất, cũng giúp tạo ra mẫu hình thành công của riêng trẻ, vì nó nhấn mạnh đến những việc trẻ đã hoàn thành tốt. Dùng sự kiên nhẫn và những nhận xét nhẹ nhàng tương tự, hãy giả vờ như đứa trẻ của bạn chính là đứa trẻ nhà hàng xóm. Thật thú vị khi phát hiện ra rằng chúng ta thường "đối xử" thật tốt với "người lạ" nhưng đối với con mình thì lại rất tiêu cực tại nhà. Một thái độ tích cực sẽ thúc đẩy điều gì đó phát triển, và một thái độ tiêu cực thì sẽ đẩy điều đó ra xa. Một đứa trẻ thường tảng lờ, quên, hay trì hoãn công việc vặt sẽ thường xa rời khỏi những mục tiêu và cần thêm thành công trong công việc đó để làm mẫu hình cho chúng.



Hãy chắc chắn việc thảo luận để nâng cao hình mẫu hơn là công kích cá nhân. Tránh việc lôi hết những lỗi lầm trong quá khứ ra bằng cách dùng các từ như luôn luôn, không bao giờ, lần nào cũng thế. Bạn cũng có thể dùng bản thân làm ví dụ. Thay vì nói với trẻ cần cho nhiều nước rửa bát vào máy rửa, bạn có thể nói: "Thỉnh thoảng mẹ phải cho thêm nước nóng và nước rửa bát để rửa sạch hết những thức ăn còn bám trên đĩa đấy." Bọn trẻ vẫn có quyền lựa chọn. "Bố/Mẹ thấy cách tốt nhất là mang tất cả các giỏ đựng

rác vào bếp và đổ rác trong giỏ đấy vào túi ni-lông. Chẳng may túi đấy có thủng thì rác cũng không bị rớt lung tung, sẽ dễ dọn hơn." (Ông bố/bà mẹ này sử dụng bản thân mình làm hình mẫu và đưa ra "lời khuyên"). Nếu đứa trẻ chọn một phương pháp khác, cũng tốt. Chúng sẽ không phải nghe theo mệnh lệnh của bố mẹ, nhưng nếu túi rác bị thủng trên thảm, hãy đoán xem ai sẽ phải dọn?

Những hình mẫu mà trẻ theo sẽ tốt nhất khi trẻ đã có một chút kinh nghiệm về những điều đó vì nó đặt trẻ vào vị trí quan sát và đánh giá. Nếu trẻ tới nhà một người bạn và giúp họ rửa bát, chúng có thể quan sát những ưu thế và bất lợi trong các kỹ thuật của họ và so sánh với những gì được sử dụng ở nhà mình. Đứa trẻ bắt đầu thu thập thông tin từ những gia đình khác, từ cô giữ trẻ hay bạn bè, từ ông bà, bạn bè và cả từ trường học. Một kinh nghiệm trái ngược được lưu giữ giúp trẻ tạo cảm giác hài lòng: "Mình đã thấy việc đó được làm như thế nào, mình tin là mình có thể làm được."

MẪU HÌNH CÔNG VIỆC TIÊU CHUẨN

Loại mẫu hình thứ hai của kiểu mẫu này là tiêu chuẩn của công việc. Đứa trẻ có thường xuyên cố gắng nói với cha mẹ rằng: "Nhưng bố mẹ không nói với con yêu cầu của công việc," chuyển sang lời than vãn về công việc chưa hoàn thành với cha mẹ. Nếu người lớn quá bận, hay trong nhà có những đứa trẻ khác thì cha mẹ có thể không chắc chắn rằng trẻ đúng hay sai. Hãy thử viết mô tả các công việc nhà. Bonnie chỉ mất khoảng 30 phút để làm việc đó nhưng nó đã giúp cô ấy quyết định một cách chi tiết, những gì cần làm và làm khi nào. Không quan trọng ai là người làm, dù đó là người thường xuyên hay thay thế, nhưng họ biết chính xác những gì cần phải làm. Mô tả công việc giúp bọn trẻ không hiểu nhầm và có thể giúp chúng tự đánh giá. Đó là một cách đo lường mà cha mẹ có thể sử dụng, giúp chúng không trở thành "trẻ hư", và có trách nhiệm hơn trong việc kiểm tra chính công việc của mình.

Dưới đây là những mô tả về công việc lau dọn của nhà McCullough. Những hướng dẫn này được in trên những tấm giấy cứng và gắn vào tủ đựng đồ hoặc đằng sau tấm rèm ở từng phòng thích hợp. Làm sao để những bảng hướng dẫn này rõ ràng để người lạ cũng có thể hiểu được chính xác những gì cần làm.

QUY ĐỊNH DỌN VỆ SINH (ĐƯỢC TREO Ở TỦ ĐỂ ĐỒ)

Phòng khách (phía trước)

Hàng ngày:
Dọn gọn sách và đồ chơi
Đậy nắp đàn piano; đặt ghế gọn vào trong
Dọn gọn đệm
Xếp gọn báo vào dưới bàn ở trong góc
Hút bụi khu vực lối đi

Hàng tuần: (vào thứ Bảy)
Hút bụi thảm
Lau bụi hết đồ đạc
Mang báo sang ga-ra
Lau cửa bằng khăn ẩm
Rũ thảm
Quét hành lang

Nhà tắm

Hàng ngày:
Dọn gọn lược và sắp xếp gọn giá để đồ
Dọn đồ chơi và quần áo
Xếp gọn khăn tắm
Cọ bồn rửa mặt và làm sạch các tay cầm, vòi nước.
Lau sạch phía sau bồn cầu
Rũ thảm

Hàng tuần:
Cọ bồn vệ sinh
Giặt khăn tắm
Làm sạch bàn chải đánh răng và lược
Lau sạch gương
Quét và lau sàn

Phòng ngủ

Hàng ngày:
Dọn giường
Dọn gọn quần áo
Gấp và cất quần áo ngủ
Giữ cho giường được gọn gàng

Hàng tuần:
Lau bụi
Dọn phòng
Dọn gọn ngăn kéo
Thay khăn trải giường
Lau cửa bằng khăn ẩm

Phòng sinh hoạt chung của gia đình

Hàng ngày:
Nhặt gọn đồ chơi và sách vở
Xếp gọn chăn và gối

Hàng tuần:
Hút bụi thảm
Lau tivi và cửa
Lau bụi đồ đạc.

Bếp

Hàng ngày:
Sục rửa và cho bát đĩa vào máy rửa bát
Thay bình nước uống
Bọc thức ăn còn thừa bằng màng bọc và để vào tủ lạnh
Rửa chảo và các đĩa to đựng thức ăn
Lau khô hoặc sấy khô các đĩa và chảo
Rũ thảm
Lau sàn
Cọ rửa và đánh bóng bồn rửa bát
Lau sạch các ngăn đựng đồ và bàn ăn
Xếp gọn ghế
Dọn gọn bàn ăn.

ĐẶT CÂU HỎI KIỂU HƯỚNG DẪN KHÁM PHÁ

Hướng dẫn để trẻ tự khám phá công việc bằng những câu hỏi kiểu như: "Đứng ở chỗ cửa ra vào thế này, trông sẽ thế nào nhỉ?" "Liệu con có thể làm gì với các ngăn kéo để trông nó gọn gàng hơn không?" Khi đưa ra lời đề nghị giúp đỡ, hãy trao trách nhiệm cho trẻ bằng cách hỏi: "Con có muốn bố/mẹ giúp không? Nhưng cũng có thể cho chúng cơ hội để khám phá những gì cần làm: "Con có muốn bố/mẹ làm gì giúp con không?" Cần dạy trẻ nhìn ra được sự lộn xộn và bừa bãi như người lớn thấy. "Con có thấy rằng...?" Tuy nhiên, đừng hỏi những câu hỏi tạo cảm giác tội lỗi hay yêu cầu nhận lỗi kiểu như: "Tại sao phòng con trông như một đống lộn xộn thế này?" Có cha mẹ nào thường xuyên tới phòng ngủ lộn xộn của con cái và bảo chúng cần phải sắp xếp lại mọi thứ và nhận được câu trả lời là: "Nó đã được thu dọn, con xếp mọi thứ gọn rồi". Bảng quy định mà nhà Monson sử dụng (như trang 203) là một biện pháp tốt giúp những đứa trẻ đó biết mẹ chúng sẽ kiểm tra những gì. Chúng cũng có một bản sao của bảng kiểm tra này để tự kiểm tra đồ vật của mình, sau khi Sue đã kiểm tra mọi thứ, chúng sẽ nhìn phòng ngủ của chúng với một cách khác.

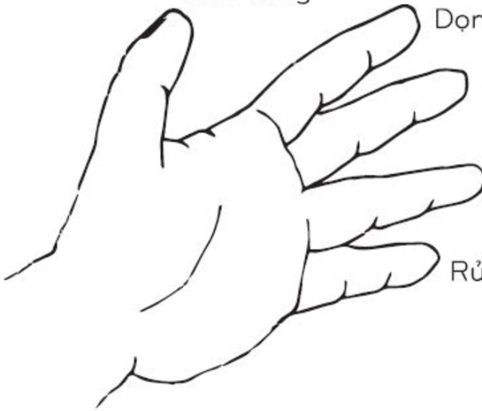
Một người cha chơi trò chơi quan sát với các con. Người quan sát sẽ có một phút để nhìn vào 20 đồ vật trên một cái khay trước khi chúng được giấu đi, và sau đó thì cố gắng liệt kê chúng ra. Người cha thử thách các con của mình đặt 20 đồ vật, và sau đó cha cố gắng nhớ càng nhiều càng tốt. Trò này luyện cho trẻ chú ý tới thứ bị lấy đi. Sau một hồi, một đứa có thể lấy đi một vài đồ để đánh lừa cha, nhưng điều này vẫn có thể chấp nhận được bởi vì nhận thức đã được nâng cao. Sự chú ý của cha là yếu tố quan trọng hàng đầu và là một phần thưởng, bọn trẻ rất thích điều đó.

Người lớn chúng ta khi đã làm việc gì đó thành thục thì thường khó nhận ra rằng còn cách làm khác. Một người phụ nữ mang những ký ức tiêu cực về mẹ của cô ấy, thường xuyên la mắng cô từ việc rất nhỏ, mà ít khi động viên con gái mình. Ở nhà, bạn có quyền kỳ vọng một tiêu chuẩn tối thiểu, nhưng đừng quá chuyên quyền, áp đặt mọi việc. Việc tự khám phá có thể là một động lực to lớn. "Nói cho mẹ nghe theo con việc này nên làm thế nào là tốt nhất?" Điều này có thể được tiến hành ở mức yêu cầu con trẻ viết ra những gì chúng nghĩ sẽ là cách tốt nhất để lau dọn nhà tắm và chia sẻ điều đó với cả gia đình. Cha mẹ có thói quen đưa ra mệnh lệnh, đặc biệt là lúc bận rộn và quên mất rằng chúng ta cần để trẻ tự khám phá nữa. Khám phá ra một câu trả lời hoặc một phương pháp thì tốt hơn được chỉ dạy. Câu

trả lời do khám phá thường được nhớ lâu hơn vì nó liên quan tới quá trình phân tích trong đầu trẻ chứ không hẳn chỉ được nghe. Hầu hết các câu hỏi bột phát sẽ kích thích sự tò mò nên hãy sử dụng chúng thường xuyên.

Trò chơi các ngón tay cho các việc vặt. Hãy dạy trẻ tiếp nhận trách nhiệm bằng một hệ thống ghi nhớ đơn giản, đó là những ngón tay. Thay vì đưa ra mệnh lệnh kiểu "Phòng con đã gọn chưa đấy?", cha mẹ có thể hỏi "Sáng nay con còn chưa làm gì nhỉ?". Đứa trẻ có thể trả lời: "Con còn phải dọn giường và đánh răng ạ." Bạn cần đặt trách nhiệm đúng nơi đúng người. Điều này liệu có hiệu quả? Cha mẹ dạy bọn trẻ một loạt những từ khóa, những cụm từ gợi ý cho mỗi ngón tay. Mỗi ngày, đứa trẻ sẽ lướt qua danh sách trên các ngón tay của chúng và làm công việc đó. Khi đã hoàn thành thì chúng sẽ sẵn sàng tới trường hoặc vui chơi.

Để triển khai việc này, bạn hãy liệt kê những việc cần làm mỗi ngày cho trẻ. Chọn một danh từ làm từ khóa để miêu tả cho công việc. Sắp xếp chúng theo một trình tự nhất định. Có thể đánh răng và rửa mặt trước khi mặc quần áo, để quần áo không bị nhàu, không bị bẩn hay ướt. Thứ tự sắp xếp mà nhà McCullough sử dụng là: (1) tay và mặt, (2) răng và tóc; (3) mặc quần áo (bao gồm cả đi tất và giầy - vào mùa đông); (4) dọn giường (bao gồm cả dọn phòng); (5) các việc vặt buổi sáng, hay là chỉ dọn đồ chơi với các em nhỏ. Những công việc này sẽ không bao gồm việc ăn sáng bởi vì chúng không gặp rắc rối gì với vấn đề này. Sử dụng những cụm từ giống nhau cho tất cả bọn trẻ trong nhà. Thêm các trách nhiệm có thể liên quan tới các từ tượng trưng khi trẻ trưởng thành, nhưng đừng cố thay đổi từ khóa. Ví dụ, theo chủ đề thứ ba, dọn giường ngủ: một bé 4 tuổi không bị yêu cầu dọn sạch phòng ngủ, nhưng khi bé 7 tuổi, thì việc dọn sạch phòng là việc của bé, vì thế việc này cần thêm vào trách nhiệm hàng ngày của bé vào buổi sáng.



Khi cần nhắc nhở trẻ, cha mẹ có thể nói "Con đã hoàn thành tới đâu rồi?". Sau khi đi một lượt hết các ngón tay, đứa trẻ có thể trả lời: "Con đã hoàn thành dọn cầu thang, dọn giường ngủ, nhưng con còn phải đánh răng nữa ạ." Trẻ có thể biết được việc gì cần làm và tự có kỷ luật. Cách học hỏi và ghi nhớ này có thể được bắt đầu sớm nhất khi bé 2 tuổi hoặc muộn lúc bé 7 tuổi. Điểm mấu chốt ở đây là đứa trẻ học được cách trả lời cho câu hỏi: "Liệu mình đã hoàn thành công việc chưa?" và "Mình cần phải làm gì nữa?"

Nhà McCullough bắt đầu dạy đứa trẻ nhỏ nhất của gia đình những nhiệm vụ cá nhân khi bé mới hai tuổi rưỡi. Sau khi mặc quần áo cho cậu, Bonnie nắm tay và chỉ cho cậu bé một ngón tay mỗi lần (như kiểu chơi trò piggy-wiggy[(2)]). "Nào, Mattie, hãy xem con phải làm gì nào. Tay hay mặt làm chưa?" (cậu bé gật đầu đồng ý dù cậu đã hoàn thành hay chưa.) "Răng và tóc thì sao? Chưa à? Hãy làm việc đó bây giờ đi." Khi cậu bé đánh răng xong, mẹ bắt đầu tiếp: "Mặc quần áo nhỉ? Đúng, và đi giầy vào nữa con trai! Tốt! Bây giờ là giường ngủ nhỉ? (Gật đầu đồng ý.) "Không, mẹ sẽ giúp con. Thế còn đồ chơi? Chúng ta sẽ sắp xếp sách sau khi dọn giường nhé." Hướng dẫn con trai bằng cách chỉ cho con tận tay, cô hướng dẫn con rất kiên trì qua từng hoạt động. Cậu bé còn quá nhỏ vào lúc bắt đầu dọn giường, nhưng cậu đứng bên cạnh nhìn mẹ cậu thực hiện việc đó. Trong vòng một năm hoặc hơn, cậu trèo lên đầu giường và Bonnie đang cầm một đầu tấm ga hất về phía cậu, hai mẹ con cùng dọn giường. Sau đó cậu đặt gối và phủ ga lên. Khi họ đã hoàn thành công việc, Bonnie đưa ra một lời nhận

xét tích cực và nói với cậu rằng cậu có thể đi chơi vì tất cả các việc vặt trong ngày của cậu đã hoàn thành. Mẹ cho cậu cảm giác cậu đang dần lớn và thành công. Phần thưởng: Mẹ sẽ không ngắt quãng thời gian chơi của cậu vì những nhu cầu cơ bản đã được bảo đảm rồi.

Sau khi các vấn đề vệ sinh cơ bản và các việc vặt được hoàn thành, trẻ sẽ không bị cha mẹ thúc giục nữa. Trẻ sẽ cảm thấy được tán thưởng vì đã hoàn thành công việc trong ngày và chúng đã sẵn sàng vui chơi. Bé có thể đi tới cửa hàng hay chơi với bạn. Một khi những trách nhiệm cơ bản đã được hình thành, cha mẹ sẽ không chỉ còn là một người nhắc nhở. Họ có thể trở thành những nhà lãnh đạo thay vì giám sát (chuyên đi thúc giục bọn trẻ).

GIÁM SÁT

Nếu bạn muốn đạt được mục tiêu khiến trẻ làm việc nhà, hãy sẵn sàng giám sát - không phải là người đưa ra các công việc với hình phạt là cái roi da, mà là một người thầy, hướng dẫn, giúp đỡ, khuyến khích và động viên. Điều này sẽ không xảy ra nếu cha mẹ không làm những việc cơ bản như là quần áo hay làm một công việc phức tạp trong khi trẻ (4 đến 10 tuổi) sẽ phải làm những việc đó. Một sự giúp đỡ chiếu lệ từ cha mẹ hiện tại và sau này có thể thúc đẩy một thái độ "quan tâm" trong gia đình. Cha mẹ luôn ở đó khiến trẻ biết rằng nếu chúng cần sự trợ giúp thì chắc chắn cha mẹ sẽ sẵn sàng.

Khi cha mẹ có biểu hiện khuyến khích và trân trọng công việc sắp tới được hoàn thành tốt thì khi công việc hoàn thành sẽ dễ dàng thể hiện điều đó hơn - giúp khơi gợi lòng tự tôn ở trẻ. Khi được khen, trẻ sẽ thích làm việc hơn. Trẻ muốn biết "Liệu con có làm đúng không?" Một người hàng xóm nhận xét rằng ngay cả một cô bé ở tuổi thanh thiếu niên chưa bao giờ làm việc khi mẹ cô bé đi xa, hay suốt mấy giờ đồng hồ chẳng có việc nào được hoàn thành thì cô bé vẫn cần những phản hồi của người lớn. Một vài đứa trẻ lại cảm thấy rằng thậm chí việc trừng phạt cũng còn hơn chẳng có phản hồi gì. Trẻ thích được nhắc nhở nhẹ nhàng như một dấu hiệu cho thấy sự quan tâm của cha mẹ. Khi trẻ lớn lên, chúng sẽ làm việc một mình trong thời gian lâu hơn. Có một số trẻ ở tuổi thanh thiếu niên còn thích hoàn thành công việc nhà trước khi cha mẹ chúng về. Ở độ tuổi này, trẻ muốn khẳng định mình-trưởng-thành. Bọn trẻ ở tuổi thanh thiếu niên thường nói chúng làm việc nhà trước khi cha mẹ về nhà, với lý do sau:

Bởi vì làm thế dễ dàng hơn và cháu có thể làm việc đó theo cách của cháu.

Bởi vì chúng cháu không phải làm một công việc tốt.

Bởi vì mẹ cháu không thực hiện điều cháu muốn nếu cháu không làm việc nhà.

Bởi vì cháu thực sự yêu thích những việc đó và không thích gian lận khi làm việc.

Để khiến cha mẹ ngạc nhiên khi về nhà.

Bởi vì cháu không thích nhà bẩn.

Hãy đảm bảo trẻ có đủ thời gian tập luyện để có thể làm việc thành công. Chúng ta càng làm việc gì đó nhiều, chúng ta càng thực hiện chúng dễ dàng. Thời gian bạn làm công việc gì đó đầu tiên có thể gấp đôi những lần sau. Có những đứa trẻ thích làm việc vặt vì chúng đã thành thạo việc đó.

Liệu tôi có nên yêu cầu trẻ thực hiện lại một công việc? Có, nếu như có sự vi phạm một quy định đặc biệt hoặc trẻ đã cố tình cắt bớt một nửa công việc. Nhưng hãy nhớ: nếu bạn cứ luôn gọi con lại khi chúng đang chơi hoặc cắt ngang hoạt động của chúng, thì đến một ngày bạn sẽ phải tự hỏi vì sao con không chịu gắn bó với một kế hoạch nào đó nhiều hơn vài phút.

Đối với một số công việc, trẻ không chỉ đơn thuần cần kỹ năng mà còn phải phát triển khả năng tự giác thực hiện công việc đó hàng ngày - như việc dọn giường chẳng hạn. Với việc này, trẻ không những cần học hỏi kỹ năng mà còn cần sự trợ giúp và giám sát của cha mẹ để làm sao có thói quen thực hiện công việc theo một trình tự hợp lý - nguyên tắc này ít khi được quan tâm. Chúng ta thường cho rằng vì đứa trẻ đã có kỹ năng nên *chúng có thể làm việc đó*. Nếu chúng chưa làm được có nghĩa chúng không có *thói quen*. Tạo ra thói quen sẽ lâu hơn là giảng dạy một kỹ năng. Cha mẹ có thể giúp tạo ra những thói quen bền vững bằng cách giám sát hàng ngày, đưa ra chương trình luyện tập, các bài tập kiên nhẫn và phần thưởng.

Trong khi bạn làm việc cùng con, hãy trò chuyện với con, nhưng đừng rao giảng. Nói về những kế hoạch tương lai, những việc xảy ra ở trường, một cuốn sách hay, điều gì cũng được. Đây có thể là thời gian tuyệt vời để

trò chuyện cùng con. Sự gần gũi này giúp cho trẻ hình thành những hình mẫu, lựa chọn những giá trị tương đương học cách làm việc. Hãy dành thời gian nói chuyện với con, chứ không phải nói vào mặt chúng yêu cầu của bạn. Nếu bạn không nói chuyện với con về những chủ đề này, thì hãy cố gắng kể chuyện cười hoặc cùng nhau hát.



CHƯƠNG 6
Đưa ra những phản hồi tích cực

Tại sao chúng ta lại quá nhấn mạnh vào sự tích cực? Chẳng phải bọn trẻ nên được nói rõ khi chúng làm sai hay công việc [mà chúng làm] không đạt yêu cầu tối thiểu sao? Các nghiên cứu đã chứng minh rằng việc chỉ ra những lỗi sai không mang lại thay đổi hay chuyển biến gì tới mục tiêu mong muốn bằng việc đưa ra những nhận xét tích cực về các mặt tốt hoặc chấp nhận được trong việc làm của trẻ. Một lời nhận xét tiêu cực làm tăng thêm hành vi sai. Một lời nhận xét tích cực tạo nên sự tự tin và mong muốn làm việc tốt hơn, để được công nhận nhiều hơn. Các bậc cha mẹ muốn bọn trẻ thành công, và chúng ta đã cố gắng rất nhiều để giúp chúng - nhưng lại thường giúp theo con đường sai lầm. Câu chuyện của Wayne dưới đây là một ví dụ điển hình. Cậu bé 9 tuổi và đang học lại lớp Ba. Cậu rất có khả

năng về hội họa, nhưng khả năng về toán thì chỉ ở mức trung bình, đọc thì ở mức lớp Một, Anh ngữ thì kém, cậu thiếu tự tin vào bản thân và nhút nhát trong giao tiếp. Cha mẹ cậu là những người có học thức và đã tạo nhiều cơ hội học hỏi cho cậu. Wayne đã trải qua hàng loạt các bài kiểm tra, tất cả đều kết luận cậu không có vấn đề gì về khả năng học tập. Vậy có điều gì không ổn ở đây? Đầu mối được mở ra khi cha mẹ cậu tới thăm lớp học của cậu. Bọn trẻ đã vẽ những bức tranh về ngôi nhà của chúng rồi ghim lên một tấm bản đồ thành phố. Cô giáo đứng cạnh mẹ của Wayne đã nghe mẹ cậu bé nhận xét về bức tranh của con trai mình: "Nhìn này, làm sao một đường bị cong thế này lại ở trong nhà của Wayne được. Cách phối cảnh phải tốt hơn chứ." Khi cô giáo chỉ ra rằng nhà của Wayne thể hiện nhiều chi tiết và khung cảnh hơn bất kỳ bạn nào trong lớp, mẹ của cậu ngạc nhiên. Bà đã không hề nhận ra! Ngay cả thành tựu nổi bật nhất của cậu, khả năng hội họa, cũng phải chịu sự nhận xét rất khắt khe của cha mẹ. Wayne luôn lo lắng, cha mẹ yêu quý cậu nhưng cách mà họ giúp cậu đạt thành tích thì tiêu cực nhiều hơn là tích cực.

Các số liệu thống kê được Giáo sư Stephen Glenn của Viện nghiên cứu Phát triển Gia đình chỉ ra rằng, trong một gia đình bình thường một đứa trẻ chỉ nhận được một lời khen trong khi nghe 21 lời chê bai. (Một chú chó thậm chí còn được nhận nhiều lời khen hơn!). Ở trường, tỉ lệ này là 13 lời chê với một lời khen. Chúng ta đang làm gì với các con của mình vậy? Nghiên cứu kỹ những nguyên tắc sau đây có thể giúp chúng ta ứng xử tích cực hơn với các con của mình.

Việc đánh giá cần phải hết sức nhẹ nhàng. Cha mẹ Wayne quên mất nguyên tắc quan trọng này. Một trong những mục tiêu quan trọng nhất của việc làm cha mẹ là tạo cho trẻ sự tự tin vào bản thân. Những nhận xét tích cực từ phía cha mẹ sẽ nuôi dưỡng điều này. Cha mẹ là hai trong số những người quan trọng nhất trong cuộc đời của trẻ. Những lời nhận xét tích cực, tiêu cực, việc đặt ra yêu cầu với con cái của cha mẹ có thể định hướng mức độ thành công của trẻ khi thực hiện một công việc.

Việc đánh giá cần ngay lập tức. Liệu bạn có nhớ đã dành rất nhiều thời gian để chuẩn bị cho một bài kiểm tra và lo lắng tự hỏi về điểm số của mình nhưng chẳng nhận được kết quả cho tới tận bảy tuần sau? Hay về cuộc phỏng vấn xin việc sau đó bạn phải chờ cuộc gọi như đã hứa? Trong cuốn sách *Coping with Children's Misbehavior*, Rudolph Dreikurs đã nói: "Trẻ con thích bị đánh hơn là bị làm ngơ." Trẻ đấu tranh để được công

nhận và việc đánh giá cần được đưa ra càng sớm càng tốt. Việc cha mẹ dành thời gian để đánh giá sẽ cho trẻ thấy rằng nỗ lực của chúng được công nhận.

Bọn trẻ sẽ làm gì nếu được hỏi: "Hãy viết ra một điều cha mẹ đã nói với con khiến con cảm thấy thật tuyệt về bản thân?". Liệu chúng có chỉ ngồi và nhìn vào trang giấy trắng, hay sẽ viết mà không ngần ngại? Một đứa trẻ quý trọng bản thân nếu cậu được đối xử với tình yêu thương và quý trọng. Trước khi nói điều gì đó, dừng lại và hỏi những câu hỏi như: "Liệu những gì mình nói sẽ khiến con cảm thấy tốt hay xấu về bản thân chúng? Liệu điều đó có khiến chúng muốn cố gắng hơn hay không nỗ lực nữa?" Điều này không phải lúc nào cũng dễ dàng, bởi vì chúng ta phải yêu quý bản thân mới có thể ứng xử lại một cách thật lịch lãm.

Ghi nhận ngay cả những nỗ lực nhỏ nhất khi trẻ học các kỹ năng mới hay thực hành những kỹ năng đã học. Chúng tôi không khuyến khích bạn theo sát trẻ cả ngày và nhận xét tất cả những việc nhỏ mà chúng làm. Nhưng hãy đưa ra sự công nhận và trân trọng bất cứ khi nào bạn nghĩ đến. Sự tích cực có một sức mạnh thôi thúc to lớn. Có những tình huống cha mẹ rất khó đưa ra nhận xét tích cực, khi kết quả công việc hầu như chẳng có gì nổi bật, nhưng vẫn phải có một lời nhận xét tốt. Lời khen và động viên dĩ nhiên phải trung thực và cụ thể nếu không bọn trẻ có thể coi những lời đó là giả dối hoặc chẳng có giá trị gì. Nói với John rằng chiếc bánh cậu làm là "tốt nhất thế giới" khi nó không phải thế chỉ khiến John cảm thấy thất bại và khiến lời nói của bạn thành giả dối. Nhưng bạn có thể nói, "thật tuyệt vì con đã bỏ thời gian để làm bánh cho chúng ta cùng ăn". Trong trường hợp này, sự chú ý được đặt vào nỗ lực làm bánh, chứ không phải là kết quả.

Về điểm này, nên có sự phân biệt giữa "lời khen ngợi" và "sự động viên, khích lệ". Lời khen ngợi thường được đưa ra sau khi công việc hoàn thành. Những lời khen ngợi như "làm tốt đấy" đưa ra sự tán thành khi một công việc được hoàn tất. Cố gắng sao cho những lời khen ngợi thật đặc biệt. Sự động viên được đưa ra sẽ như một nguồn nhiên liệu để tiếp tục làm việc. Những lời động viên như "đừng nản chí, con sắp hoàn thành rồi" khiến trẻ hy vọng, tin tưởng rằng có một sức mạnh phía sau chúng lớn hơn nhiều so với vấn đề mà chúng gặp phải.

Sử dụng nguyên tắc định hướng hoặc phát triển hành vi *gần* với hành vi được mong đợi. Nếu bạn muốn con dọn giường hàng ngày, nhưng

cô bé chỉ dọn bốn ngày một tuần, thì đừng khiến con nản lòng bằng việc chỉ trích ba ngày còn lại giường chưa được dọn. Thay vào đó, hãy đưa ra những lời động viên tích cực cho phần công việc mà cô bé đã làm được. Giả dụ một cậu bé đã nhặt năm cuốn sách nhưng để lại trên sàn nhà ba cuốn sách. Hãy bình luận về năm cuốn sách đã được cậu bé cất lên giá hơn là cằn nhằn về ba cuốn còn lại trên sàn. Định hướng là một quá trình xây dựng hướng tới mục tiêu cuối cùng cả tám cuốn sách đều được đưa lên giá.

Hãy để trẻ tự đánh giá công việc của mình. Cậu Phil, học sinh lớp Bốn mà Sue Monson chủ nhiệm, rất năng động, thích học tập vì kiến thức chứ không vì điểm số. Trong một buổi họp phụ huynh, Monson hỏi cha cậu bé đồng thời cũng là một nhà tâm lý học, về việc phát triển hệ thống giá trị nội tại ở cậu bé ấy như thế nào. Người cha trả lời: "Khi Phil mang về nhà một bức tranh tự vẽ rất kinh khủng từ trường mẫu giáo, sơn màu bắn khắp mặt và ngón tay dơ bẩn, chúng tôi đã hỏi liệu bé có thích bức tranh của mình không. Phil nhìn chăm chú vào bức tranh và nói rằng không những cậu không thích mà còn thấy đó thực sự là một đống hổ lốn. Cậu đã học được cách đánh giá kết quả của chính mình thay vì để chúng tôi là người đánh giá." Một phương pháp đơn giản nhưng hiệu quả.

Tập trung sự chú ý vào kinh nghiệm học được, chứ không chỉ vào kết quả hoàn thành. Thử nghiệm và sai sót vẫn là một người thầy có nhiều uy lực. Các câu hỏi như: "Lần sau con sẽ làm việc đó thế nào?" hay "Con đã học được gì từ kinh nghiệm hôm nay?" sẽ giúp trẻ đánh giá, lập kế hoạch cho lần tiếp theo, và hãy tăng những lời nhận xét tính cực thay vì tiêu cực cho lòng tự tôn của trẻ. Chia sẻ một ví dụ từ bài học thử-và-sai của chính bạn có thể giúp làm dịu bầu không khí, mang lại tiếng cười và cuộc nói chuyện trở nên cởi mở. Chẳng hạn như nhớ lại những kỷ niệm khi cha dùng sữa bột thay vì bột mì để làm bánh. Nói chung, con trẻ muốn làm cha mẹ hài lòng. Hãy sử dụng tối đa những thuận lợi từ việc huấn luyện trẻ bằng cách thấu hiểu, đưa ra nhận xét về sự tiến bộ và đôi khi phải lờ đi kết quả cuối cùng.



Hãy cẩn thận với "nhãn" mà bạn gán cho trẻ. Trẻ nghe được những gì khi bạn nói chuyện điện thoại với ai đó về chúng? Chồng của Bonnie nhẹ nhàng chỉ ra rằng việc cô miêu tả con gái hai tuổi của họ - "một thiên thần phá hủy" - là một cái "nhãn" tiêu cực. Bọn trẻ nhà bạn đang mặc chiếc áo phông có dòng chữ gì? Trẻ thường có xu hướng trở thành những gì mà người khác nói rằng chúng sẽ trở thành.

Hãy dừng lại và tập trung, thậm chí là đếm, để chắc rằng bạn đưa ra những "cú hích" tích cực. Hãy nhớ rằng những lời nói đồng tình và khích lệ quan trọng hơn bất kỳ một phần thưởng hay hình phạt nào - và chúng miễn phí nữa. Một người phụ nữ lớn tuổi, có những đứa con đều trưởng thành, đã bình luận rằng: "Tôi không tin vào tất cả những phần thưởng tích cực đó. Bọn trẻ cần phải làm việc vì đấy là nhiệm vụ của chúng, nếu không chúng sẽ bị phạt!" Vâng, hình phạt có thể ngăn chặn một hành vi sai trái, nhưng nó sẽ không tạo ra một thói quen mới, tốt hơn như một sự phát triển tích cực. Hãy dừng lại và suy nghĩ: liệu bạn có thích thú khi làm việc với một ông chủ chưa bao giờ nói với bạn rằng ông ấy cảm kích nỗ lực của bạn hay bạn đã làm một việc thật tốt không? Không. Bạn sẽ tránh xa chỗ làm đó nếu có thể. Điều đó cũng đúng với bọn trẻ, nhất là khi chúng đang học cách làm việc theo người lớn, hay "bố mẹ - sếp". Chúng cần sự động viên. Hãy tưởng tượng những phản ứng khác nhau khi bạn đưa cho bé gái một tập những con búp bê bằng giấy có rất nhiều lời khen tặng tích

cực hoặc tập búp bê bằng giấy tương tự nhưng lại nhận được bốn lời cảnh báo về những thiếu sót trong phòng ngủ của cô bé.



Trong xã hội, chúng ta dễ dàng đưa ra những lời nhận định tiêu cực rằng ngoài nỗ lực để thực hiện công việc còn đòi hỏi sự nỗ lực có ý thức liên tục. Trong cuốn sách *The Child and His Image*, Kaoru Yamamoto đã chủ trương đưa ra một tỉ lệ giữa phần thưởng (lời khen tặng) và hình phạt (phản hồi tiêu cực). Phần thưởng ở đây có thể là bất kỳ điều gì khiến cho trẻ cảm thấy tự tin về bản thân và khả năng tiềm ẩn của chúng để làm chủ môi trường xung quanh trẻ như một cái vỗ vai, một nụ cười ấm áp... hay đơn giản là câu nói "cảm ơn". Hình phạt có thể là điều khiến trẻ có cảm giác giá trị của mình giảm đi hay cũng có thể là một sự im lặng đáng sợ, một sự tước đoạt đặc quyền trước đây của trẻ, hay một nhận xét kiểu như: "Lại có chuyện gì xảy ra với con thế?" Yamamoto thấy rằng nếu tỉ lệ đó là bốn phần thưởng trên một hình phạt sẽ "giúp định hướng và hướng dẫn hành vi cho trẻ."

Thay đổi những phản ứng của bạn. Ngay cả khi mục tiêu là thay đổi hành vi của trẻ, thì trong nhiều trường hợp cách tốt nhất hãy thay đổi

thái độ của cha mẹ; trong trường hợp này kết quả thường tích cực hơn là tiêu cực. Một người mẹ đặt mục tiêu thay đổi mức độ phản hồi tích cực và tiêu cực. Mỗi khi đưa ra một phản hồi tích cực cho các con, cô tự thưởng cho mình năm đô la mỗi ngày để mua chiếc đèn mới mà cô muốn. (Rẻ hơn nhiều một nhà tâm lý). Để duy trì điểm số, cô mua vòng đeo tính điểm như các vận động viên chơi golf hay dùng để đeo vào cổ tay. Ngày đầu tiên, kết quả thật đáng khích lệ. Sự thay đổi ở bọn trẻ quả thú vị, chiếc đèn không còn là vấn đề nữa. Cô tiếp tục áp dụng điều này trong nhiều tuần để chắc chắn rằng những phản hồi tích cực của cô trở thành một thói quen. Giải pháp này có vẻ quá đơn giản đến nỗi nhiều người từ chối thử nghiệm.

Hãy nhớ rằng, những bậc cha mẹ thường đọc và thử những ý tưởng mới sẽ có "những thay đổi đáng nhớ trong quá trình nuôi dạy con". Họ sẽ tập trung vào nhiều sai lầm mà trước đó họ không chú ý. Họ có thể cảm thấy tội lỗi cho những hành động trong quá khứ hay ước rằng mình đã biết điều này trước đó. Dù chuyện gì đã xảy ra thì cũng qua rồi. Bạn đã làm hết sức mình. Đừng cảm thấy có lỗi vì mắc sai lầm mà hãy cảm thấy có lỗi vì đã không nỗ lực hay thử làm hoặc đã không tìm kiếm một phương pháp tốt hơn. Hãy bắt đầu từ nơi mà bạn đang đứng và hăng hái tiến lên phía trước.

Sử dụng danh sách những lời nhận xét tích cực dưới đây để có thể đưa ra những lời khen ngợi, khích lệ sáng tạo. Các con của bạn sẽ thích nghe những lời này hơn là những lời khen truyền thống như "tốt", "làm tốt đấy", "thế là ổn". Ngay cả những đứa trẻ nhỏ hơn cũng thích nghe những lời khen ngợi có chút phóng đại như "kỳ diệu" "lạ lùng", "quan trọng", "vô cùng quan trọng" nếu bạn giải thích điều đó có nghĩa là to lớn và tuyệt diệu. Sự tự nhận thức của trẻ đạt được ở mức cao và chúng có thể tự tác động bản thân với nỗ lực gấp ba lần cho công việc mà chúng đang làm. Hãy nghĩ ra vài lời khen ngợi hài hước nếu tính bạn không được hài hước cho lắm. Khai thác trí tưởng tượng và sử dụng những cái tên ngộ nghĩnh từ những chương trình truyền hình nổi tiếng đang phát sóng, lấy nguồn từ những giai điệu hát ru hay những nhân vật thể thao nổi tiếng, sử dụng bất cứ từ nào khiến con trẻ cảm thấy vui vẻ. Hãy thử đưa ra những phản hồi tích cực. Sẽ hiệu quả đấy!

NHỮNG CÂU NÓI TÍCH CỰC NHẰM KHÍCH LỆ TRẺ

Một chú ong chăm chỉ!

Một công việc tuyệt vời!

Người công nhân sáng tạo!

Một nỗ lực tuyệt vời!

Cố gắng lên con nhé!

Mẹ thích cách con làm việc!

Trông có vẻ sẽ rất tốt đây!

Việc con làm khiến cha mẹ rất hài lòng!

Mẹ thực sự cảm ơn sự giúp đỡ của con!

Giờ thì con đã chinh phục được điều đó rồi!

Cái này tốt hơn nhiều rồi đấy!

Hãy tiếp tục làm việc tốt nhé!

Con đã học hỏi được rất nhiều rồi đấy!

Con rất có năng lực!

Thật tuyệt vì được làm việc với con khi con vui vẻ thế này!

Con làm việc như một anh lính vậy!

Oa, con thực sự rất tập trung và say mê công việc!

Con đã rất nỗ lực!

Con ngày càng tự lập đấy!

Con là người rất năng động. Rất tuyệt đấy!

Con làm ngày càng tốt hơn đấy!

Con sắp đạt được điều đó rồi!

Con đang đi đúng hướng rồi đấy!

Chắc con phải tập luyện nhiều lắm mới làm được thế này!

NHỮNG CÂU NÓI KHƠI GỢI SỰ TƯỞNG THƯỞNG

Rất tuyệt vời!

Đến cả ngài Sạch Bong cũng phải trầm trồ đấy!

Một kiệt tác không chê vào đâu được!

Thật tuyệt vời!

Tuyệt quá!

Con xứng đáng được huy chương vàng!

Mẹ rất khâm phục con!

Con thật đáng khen!

Thật vượt trội!

Con đã đạt tới đỉnh cao rồi!

Con là nhà vô địch!

Lần này làm tốt nhất đấy!

Căn phòng sạch đẹp này hợp với nhà vua, nữ hoàng!

Con phải tự hào về việc này chứ!

Việc này tốt cho cả nhà đấy!

Thật là tuyệt vời làm sao!

Không tệ, không hề tệ chút nào!

Một việc rất ấn tượng đấy!

Một việc làm xuất sắc!

Việc này ổn rồi đấy!

A, được rồi đấy!

Con là người thắng cuộc!

Cảm ơn con rất nhiều!

Việc này thật là đỉnh của đỉnh!

Này, việc này khá ổn rồi đấy!

Chưa ai làm tốt việc này như vậy đâu!

Gọn gàng quá, làm rất tốt!

Sự giúp đỡ của con thật tuyệt!

Sự đóng góp của con thêm phần đẹp đẽ cho căn phòng đấy!

Con được điểm A đấy!

Trên cả tuyệt vời!

Con nên hài lòng với công việc mình làm đi!

Đó là việc khiến bố/mẹ vui đấy!

Con đã hoàn thành rất tốt!

Con khiến mẹ thấy thật tự hào!

Mẹ thật tự hào biết bao về cách con đã làm…!

Con xứng đáng là một ngôi sao!

Một việc đáng được thưởng, chắc chắn rồi!

Phòng này sẵn sàng lên tạp chí rồi đấy!

Hoan hô, con lớn rồi đấy!

Con làm tốt hơn mong đợi!

Chà, con chắc chắn đã sử dụng thời gian rất hợp lý!

Con chắc hẳn đã rất thành thạo!

Tuyệt vời! Con đã rất tập trung vào công việc!

Thói quen làm việc của con đã rất tiến bộ. Con chắc hẳn tự hào lắm!

Con đã sử dụng rất tốt các kĩ năng của mình!

Việc làm tốt của con đã gây ấn tượng đấy!

Con đã làm cho căn phòng này đạt đến độ hoàn hảo rồi.

Con nên tự hào vì đã rất kiên định hoàn thành công việc tuần này!

Nhìn phòng, mẹ biết con đã làm việc rất chăm chỉ!

Thật thoải mái được vào căn phòng ngăn nắp của con!

Ôi, con thật chu đáo quá!



CHƯƠNG 7
Khuyến khích và phần thưởng

Tại sao sự khích lệ, phần thưởng và những hình phạt hợp lý lại hữu ích?

Bởi vì những thứ đó:

- Chứng minh cho trẻ thấy chúng có thể làm được điều gì đó
- Thúc đẩy bằng những động lực bên ngoài cho tới khi nội lực được phát triển
- Giữ cho công việc luôn hấp dẫn, thú vị

- Giúp trẻ vượt qua sợ hãi
- Giúp trẻ hoàn thành công việc và cảm thấy thành công

Nếu một đứa trẻ định làm đau bản thân, làm đau ai đó hay gây hại một thứ gì đó, thì cha mẹ cần phải ngay lập tức ngăn chặn hành động này bằng bất kỳ cách nào. Tuy nhiên, nếu vấn đề không quá nghiêm trọng, chúng ta hãy chọn cách khác để thay đổi một thói quen xấu hoặc tạo ra một thói quen tốt. Đây chính là lúc mà những hình thức khuyến khích, phần thưởng và những phân tích về hậu quả có thể được sử dụng. Học cách sử dụng những phương sách này cũng mất thời gian, cũng như việc học cách sử dụng những thiết bị mới như lò vi sóng chẳng hạn. Một số bậc cha mẹ thấy thích thú khi đọc ít nhất một cuốn sách về nuôi dạy con mỗi năm để học hỏi một vài ý tưởng mới mẻ về giáo dục con cái.

Sự khích lệ và phần thưởng là những động lực từ bên ngoài trẻ, và có thể là bất kỳ thứ gì mà trẻ thích như: sách, quyền ưu tiên, sự yêu chiều, đồ ăn, tiền thưởng. Một phần thưởng hấp dẫn có thể cần thiết vào lúc bắt đầu huấn luyện hoặc được dùng để kích thích sự quan tâm của trẻ, nhưng nó sẽ giảm dần tác dụng. Những phần thưởng sẽ dần dần trở thành thứ để mua chuộc khi chúng phải ngày càng lớn hơn để khơi dậy được hành vi mong muốn (từ phía cha mẹ). Chúng tôi cần phải nhấn mạnh rằng phần thưởng không được sử dụng cho mọi trường hợp. Mặt khác, việc tạo động lực làm việc cho trẻ chính là chuyện gì sẽ xảy ra khi trẻ đưa ra một lựa chọn sai lầm. Hậu quả tất yếu xảy ra do bản chất tự nhiên - nếu bạn không đi găng tay khi trời giá lạnh, thì tay sẽ bị tê buốt. Một hậu quả theo logic do người lớn tạo ra dẫn tới một kết quả tất yếu của việc phán xét sai, thiếu khách quan của bọn trẻ. Việc xét đoán thiếu khách quan này thường kéo theo việc rút lại những ưu tiên liên quan của trẻ hoặc là khôi phục lại những việc chưa làm xong. Hậu quả không nên bị nhầm lẫn với những lời đe dọa [của cha mẹ]. Thực ra, mỗi hành động không nhất thiết gây ra một hậu quả. Ví dụ, trên thực tế chúng ta không lái xe quá tốc độ.

Sự khích lệ hay một sự củng cố có thể được sử dụng như một phần thưởng khi (trẻ) nỗ lực thay đổi một hành vi, khi thử một việc gì đó mới mẻ, hay khi tình huống có vẻ căng thẳng. Nếu bạn đã hứa [cho trẻ] một phần thưởng, bạn cần phải giữ đúng lời hứa để đảm bảo lòng tin, nhưng không nhất thiết việc gì cũng phải hứa. Trong cuốn sách *How to teach Children Responsibility*, Harris Clemes và Reynold Bean tuyên bố rằng:

"Làm việc vì phần thưởng là một cách để trẻ phát triển định hướng mục tiêu... Những phần thưởng rõ ràng sẽ giúp trẻ hình thành những mục tiêu rõ ràng... Cũng có nhiều lần trong cuộc đời của trẻ, phần thưởng vật chất dường như quan trọng nhất. Khi trẻ học được rằng những phần thưởng vật chất có thể đạt được khi chúng làm việc tốt, sự tự tin tăng lên và tính trách nhiệm cũng tăng. Điều này cho phép chúng phát triển những hệ thống thưởng [phạt] thay thế."

Theo nhà tâm lý học Marcia McBeath, có ba loại phần thưởng: phần thưởng nội tại, xã hội và bên ngoài. Loại phần thưởng nội tại (bên trong) là cảm giác tốt đẹp mà trẻ cảm thấy khi làm tốt một việc gì đó. Trẻ làm vườn, khâu vá, hay nấu ăn hoặc đọc sách vì chúng thích như thế hoặc vì chúng biết sẽ cảm thấy tốt khi hoàn thành công việc đó, chúng sẽ thể hiện cảm xúc với một phần thưởng nội tại. Yếu tố khích lệ bên ngoài - điểm số, một bộ phim, đặc quyền hay quyền ưu tiên - tác động từ bên ngoài. Những yếu tố kích thích này có thể được đáp ứng để lôi kéo trẻ làm việc gì đó cho tới khi bản thân trẻ có khao khát làm việc. Phần thưởng từ xã hội thường là những lời tán thưởng, động viên thể hiện sự công nhận, khích lệ về một công việc được hoàn thành tốt.

Phần thưởng và hậu quả (hình phạt) là những yếu tố kích thích bên ngoài được sử dụng trong khi đứa trẻ đang dần trưởng thành, giúp hình thành nội lực và tính kỷ luật. Trong chương này, chúng ta sẽ tìm hiểu chủ yếu về những yếu tố kích thích tích cực.

Sự tưởng thưởng rất thú vị bởi vì chúng có thể được lên kế hoạch với tất cả sự hài lòng của việc hoàn thành công việc sớm hay chúng có thể bất chợt xuất hiện cùng với niềm vui bất ngờ, trong khi việc trừng phạt phải hợp lý, công bằng và kiên định. Dưới đây là tập hợp một loạt những hình thức tưởng thưởng mà chúng tôi đã thử hoặc những hình thức tưởng thưởng thu hút sự chú ý của chúng tôi. Bạn cần phải tìm ra những hình thức thưởng để giữ cho con mình luôn có động lực. Vì mỗi đứa trẻ có tính cách riêng và cha mẹ phải hiểu được con mình để đối xử phù hợp.

NHỮNG LỜI NÓI NGỌT NGÀO

Như chúng tôi đã trình bày và phân tích, hình thức tưởng thưởng xã hội là cách thành công nhất trong việc thay đổi hành vi của trẻ. Những lời nói thể hiện sự động viên khích lệ và cảm kích không hề tốn tiền. Con trẻ

thay đổi hành vi của chúng để nhận được những phần thưởng là "những lời khen ngợi". Sự ân cần ấy có thể tích cực cũng có thể là tiêu cực, và trẻ thường thích lời nói mang tính tích cực khi chúng khoảng 7 hay 8 tuổi tùy vào việc thỏa mãn nhu cầu được chú ý. Những phản ứng tiêu cực không mang lại những hành vi tích cực, chúng chỉ làm tăng thêm căng thẳng xung đột. Nếu bạn muốn khuyến khích một hành vi đúng đắn, hãy đưa ra những lời nhận xét tích cực về những gì thực sự đúng.

Những lời nói ngọt ngào như: "Con là một cô bé ngoan." Lời nói ngọt ngào còn có thể cụ thể hơn nữa, "Con đã làm một việc tốt khi rửa xe." (Khi bạn đang khen ngợi một công việc được hoàn thành, thì tốt nhất là khen ngợi công việc đó hơn là người thực hiện.) Lời ngọt ngào có thể ở nhiều mức độ khác nhau: "Mẹ tự hào về con!" hay "*Mẹ thực sự tự hào về con*!" Việc nhấn mạnh có nghĩa là phần thưởng sẽ lớn hơn. Những lời ngọt ngào tích cực là những phần thưởng tốt nhất. Tất cả chúng ta đều tìm kiếm, giữ gìn chúng và chúng tạo nên sự tự tin vững chãi.

Những lời khen ngợi kiểu chung chung thường rất khó chấp nhận. "Con là một cậu bé ngoan!" là lời khen quá chung chung bởi vì chẳng ai hoàn toàn tốt cả. Nếu trẻ không thể thẳng thắn chấp nhận một lời khen, thì đứa trẻ ấy có thể bị ép phải làm một điều gì đó để chứng minh rằng bạn sai. Ví dụ nhà Gundersons mới có thêm một bé trai mới sinh. Trong suốt buổi cô bạn cùng phòng cũ đến chơi, Anne Gunderson ca ngợi đứa con trai ba tuổi của mình như sau: "Scott thật là một người anh tốt!" Sau khi Anne tiễn cô bạn gái ra về, cô phát hiện ra Scott ở trong phòng của em trai đang hăng say "rắc bột" lên em. Bột bay khắp nơi và đứa em thì bị ho dữ dội. Scott đang đính chính rằng cậu ta không phải là "một người anh tốt". Quả thực, cậu bé bực bội vì quá nhiều thời gian và sự chú ý được mọi người dành cho cậu em trai. Anne có thể nói: "Scott đã mang tã lót tới giúp tôi!" Lời nhận xét rõ ràng và cụ thể này có thể loại bỏ nhu cầu trả đũa bằng cách chứng minh rằng ai đó không quá "tốt".

Bằng cách đưa ra những lời khen tích cực với những công việc cụ thể, trẻ biết được những gì mà mình đã làm đúng. "Mẹ có thể nói rằng tấm vải phủ giường hôm nay được trải thật phẳng và con đã rất cố gắng để giường con trông thật tuyệt vào sáng nay!" hay "Mẹ rất hài lòng khi thấy con để đĩa ăn của mình vào máy rửa bát mà không cần bố mẹ nhắc." Khi khen ngợi một cá nhân, hãy nhớ rằng việc khen ngợi đề cập tới đặc điểm về mặt thể chất hay một điều gì đó mà đứa trẻ thực sự không chịu trách nhiệm, như:

"Becky, tóc của con có màu đỏ đẹp quá nhỉ?" thì hoàn toàn không trực tiếp liên quan tới khả năng hay tính cách của cô bé. Nhưng nếu nhận xét "Becky, cháu chăm sóc tóc rất tốt đấy! (nói về khả năng) hay "Đi với cháu rất vui!" (nói về tính cách). Những lời động viên tích cực, sự khuyến khích, khen ngợi và sự cảm kích có vai trò rất lớn trong việc giúp con trẻ học cách làm những công việc vặt trong nhà hay tự chăm sóc bản thân. Nếu bạn không phải là người hay đưa ra những lời khen, bạn có thể phải tạo ra một hệ thống các nhãn ngắn gọn hoặc các lời khen để giúp *chính bạn* thay đổi. Bằng cách dành thời gian ra để tạo ra thay đổi này, cuộc đời bạn sẽ chuyển sang chiều hướng phản hồi tích cực, bạn sẽ nhận lại được phần thưởng *lớn*.

Đôi khi, đặc biệt là với trẻ nhỏ, cha mẹ cần sử dụng một hành động có chút ít áp lực để khởi đầu cho một hành vi đúng đắn. Ví dụ, Sylvia đang cố gắng dạy đứa con ba tuổi của mình thu dọn sách vở bày khắp sàn nhà. Cô kéo con đến chỗ đống sách, tay trái ôm lấy eo con và gập người bé xuống, cả hai cùng nhặt từng cuốn sách và xếp lên giá. Cho dù việc xếp sách hoàn toàn bị kiểm soát, thì sau đó cô vẫn có thể đưa ra một lời động viên: "Con xem, bây giờ trông gọn hơn rồi đấy. Giờ hai mẹ con mình làm tiếp nhé." Sau đó, Sylvia có thể không cần can thiệp bằng hành động cụ thể nữa, nhưng vẫn giúp con cho tới khi bé hoàn thành công việc. Sylvia đã phải kiên quyết trong lần đầu tiên thành công để có thể đưa ra những nhận xét tích cực. Khi con tự giác dọn dẹp thì cô ấy đã thành công hơn. Từ thành công này sẽ tạo ra những thành công khác.

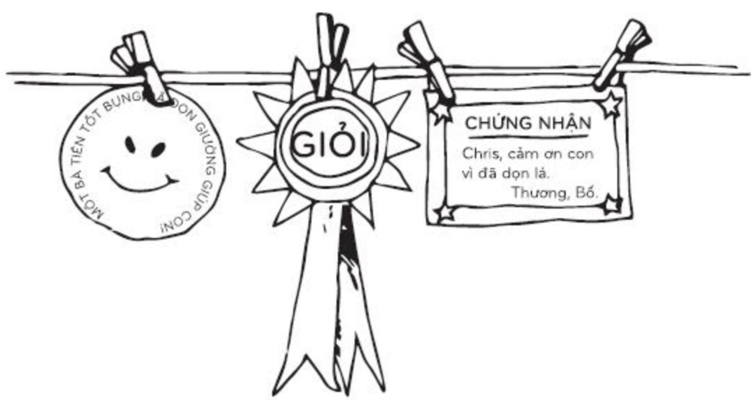
NHỮNG LỜI NHẮN YÊU THƯƠNG

Lời nhắn yêu thương có thể sẽ mang tới rất nhiều thú vị một khi bạn viết ra (những sự khích lệ xã hội). Một buổi sáng, khi Bonnie định mắng cậu con trai năm tuổi Mattie vì tội lề mề, nhưng cô quyết định dọn giường cho cậu và để lại một mẩu giấy hình khuôn mặt cười ghi: "Một bà tiên bí mật đã ở đây và dọn giường cho con. Ngạc nhiên chưa!" Cậu bé rất phấn khích và đề nghị mẹ đọc lại tờ nhắn cho cậu nghe. Cậu bé khoe với tất cả mọi người về mảnh giấy hình tròn và hỏi từng người liệu họ có dọn giường cho cậu. Cậu gắn mặt cười đó vào dây phơi quần áo của mình (một sợt dây nối từ tường bên này sang tường bên kia, trên đó treo những thông báo của nhà trường và những bài tập thủ công, tranh) cứ nhắc đi nhắc lại trong nhiều ngày về việc có một bà tiên tới dọn giường cho cậu. Đôi khi những hành động đáng yêu như thế sẽ khơi dậy những hành động tốt đẹp khác.

Dù sao cũng vui hơn việc mắng mỏ. Sau đó, thỉnh thoảng, khi Bonnie và chồng đi ngủ, cả hai tìm thấy tờ giấy nhắn đáng yêu trên gối: "Con yêu bố mẹ!"

Ở trường tiểu học, bọn trẻ thường được nhận phiếu ghi danh[1] trên bảng tin lớn ở hành lang của trường học, hay Nhà lưu danh. Một tờ phiếu ghi, "Shawna, thật đáng khâm phục, em đã vượt qua bài kiểm tra luyện giọng" và cô bé mang giấy chứng nhận đó về nhà vào ngày thứ Sáu để khoe với cha mẹ - một cách tốt thúc đẩy sự nỗ lực và thêm thành quả đạt được. Ở gia đình, có một bức tường trong một phòng riêng dán đầy những "Phiếu ghi danh". Sau đó cả nhà bắt đầu tha hồ viết ra những lời nhắn nhủ ấm áp, ngọt ngào cho nhau. "Teri, cảm ơn vì đã giúp đỡ ngày hôm nay nhé!".

Nhà Johnson bắt đầu với Bảng Việc Tốt để mỗi thành viên trong gia đình tự ghi lại những công việc thêm vào mà họ đã làm cho cả gia đình. Với cách này, các thành viên trong gia đình không phải chờ người khác chú ý tới nỗ lực của họ. Chúng ta đều cần nhìn nhận những việc mà chúng ta *đang* làm - để có một danh sách những "chiến công". Thêm vào đó nhiều thành quả hay những việc làm tốt có thể giúp xây dựng lòng tự tôn.



BẢNG VIỆC TỐT

Tôi đã làm thêm những việc này để trợ giúp. Tôi biết rằng một người cũng có thể khiến thế giới này trở nên tốt đẹp hơn. Tôi muốn làm một thành viên có ích trong gia đình.

Kí tên_

Thời gian - Việc tốt

HUÂN CHƯƠNG, GIẤY CHỨNG NHẬN VÀ PHIẾU GIẢM GIÁ

Pam thường dùng biện pháp thưởng để khuyến khích việc thay đổi thói quen: lộn quần áo sang mặt phải (tiết kiệm nhiều thời gian cho việc giặt là). Thay vì cằn nhằn, cô gói một va li quần pyjama của bố, tất và những áo len chui đầu. Tại buổi họp gia đình, trò chơi của cả nhà là mặc hết quần áo và tất của bố vào rồi cởi ra và *lộn phải ra*. Điều này có nghĩa là kéo ống quần và mũi tất ra thay vì lộn ngược từ trên quần và tất xuống. Ai thành công (và cô chắc chắn là tất cả chúng đều thành công) thì nhận được một phiếu giảm giá một buổi tiệc. Sau đó, Pam giải thích rằng bọn trẻ có thể kiếm được một phiếu nữa bằng cách làm tương tự, lộn phải tất cả quần áo của mình vào ngày giặt là. Sau khi phát hành phiếu thành công chỉ trong ba tuần, Pam đã thay đổi thói quen thay quần áo của các con và việc đó tiết kiệm rất nhiều thời gian.

Một năm sau, như là một lời nhắc nhở (họ đã bỏ lỡ một chút), cô đã trao thưởng một dải ruy băng xanh với một dấu tròn màu vàng trên đầu có đề chữ: "Chúc mừng - Quần áo Luôn Được Lộn Mặt Phải". Cô trao giải ruy băng đó cho Jill tại một buổi họp gia đình để mọi người đều biết - một biện pháp phớt lờ sự thiếu nỗ lực của những thành viên khác trong gia đình. Thông thường, thành công được tặng thưởng của người này sẽ thúc đẩy những người khác nỗ lực hơn. Tuy nhiên, hãy cẩn thận để không khuyến khích một sự cạnh tranh không lành mạnh giữa bọn trẻ. Phần thưởng tốt nhất là khi mọi người đều có cơ hội chiến thắng: "Ai có quần áo được lộn phải vào tuần tới sẽ được nhận ruy băng màu xanh."

Ai cũng thích được nhận chứng chỉ. Tạo ra điều đó bằng cách sử dụng ý tưởng từ những cuốn sách màu hay trang quảng cáo của báo. Những chứng

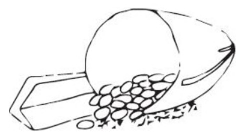
chỉ này có thể được trao tại buổi họp gia đình, tại bữa tối, hay để trên gối trong phòng ngủ của bé được trao.

SỰ THEO DÕI SÁT SAO



Tại trường tiểu học Glennon Heights, lớp nào sạch sẽ nhất sẽ được làm nơi tổ chức trưng bày "búp bê chổi lau" trong một tuần. Thầy giám thị sẽ là người phân định. Có rất nhiều trò có thể sử dụng để giữ mọi việc trở nên thú vị tại nhà. Ở trang 203 chúng tôi mô tả hệ thống theo dõi điểm trong

phòng ngủ. Pam Brace và Peggy Jones, hai chị em sống tại Vancouver, Washington đã thỏa thuận tráo đổi để trở thành những bà tiên tại mỗi gia đình của nhau. Mỗi người sẽ mặc đồ hóa trang, sử dụng những đầu hút của máy hút bụi làm đũa phép đi tới nhà người kia để kiểm tra phòng ngủ của bọn trẻ. Mỗi đứa trẻ vượt qua phần kiểm tra sẽ được nhận một phần thưởng nhỏ (một món quà nhỏ hay một trò chơi). Nếu không vượt qua, thì chúng không được nhận quà - một logic thông thường - nhưng sự khuyến khích này rất hấp dẫn để khiến cho các căn phòng được gọn gàng vào lần tới. Một vài ghi chú và những bất ngờ nho nhỏ thỉnh thoảng sẽ được cô tiên gia đình để lại. Hai người hàng xóm biết tới ý tưởng này đã đồng ý trao đổi để làm tương tự như vậy. Họ lên kế hoạch kiểm tra định kỳ thứ Bảy hàng tuần trong ba tuần liền và khoảng thời gian giữa ba tuần đó, mỗi bà mẹ sẽ tự để lại những lời nhắn cho các con của mình. Khi tới gần ngày lễ Phục sinh, những lời nhắn này được để trong quả trứng Phục sinh. Một trong những lời nhắn như sau:



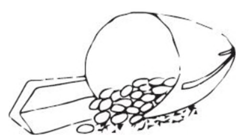
Trên đường tới buổi gặp mặt của các vị tiên

Ta ghé thăm phòng con

Phòng của con quá sạch sẽ, gọn gàng và ngăn nắp

Hai mươi hạt đậu trân châu xinh xắn là dành cho con

Bà tiên của gia đình



Trên đường tới buổi gặp mặt của các vị tiên

Ta ghé thăm phòng con

Hai mươi hạt đậu trân châu xinh xắn là dành cho con

Nhưng ta phải trừ đi của con vài hạt thôi

May mắn lần sau nhé!

Bà tiên của gia đình

SỰ ƯU TIÊN

Làm việc trước khi vui chơi tạo động lực hoàn thành công việc. Nhìn chung, việc làm cơ bản hàng ngày phải được làm xong trước khi tới trường, xem ti-vi, hoặc vui chơi là công bằng. Một ý tưởng đơn giản buộc trẻ phải mặc quần áo trước bữa sáng sẽ giúp trẻ làm nhanh bằng một nửa thời gian mặc quần áo sau bữa sáng. Một phần thưởng "nóng": "Trong một tiếng đồng hồ, mọi người trong nhà mình, ai dọn dẹp phòng sạch sẽ và hút bụi có thể đi đến bể bơi cùng bố mẹ." Khi hết thời gian, chỉ những ai hoàn thành công việc mới được nhận phần thưởng, thậm chí điều đó có nghĩa phải thuê một bảo mẫu (cô bảo mẫu sẽ trông đứa trẻ không hoàn thành công việc để bố mẹ đi bơi với đứa con hoàn thành việc nhà). Phải thật kiên quyết.

Đối với trẻ còn nhỏ, phần thưởng "nóng" là hiệu quả nhất, như ngôi sao hàng ngày trong Bảng Phân công công việc ở trang 90. Trong trò chơi các ngón tay làm việc thường lệ vào buổi sáng, thì hoàn thành công việc là một phần thưởng "nóng". Quyền ưu tiên ở đây chính là sự tự do sau khi trách nhiệm đã được hoàn thành. Lợi ích của việc theo dõi sát sao là những lời khen ngợi có thể được đưa ra ngay tức thì. Đưa ra một phần thưởng ít hấp dẫn trước, phần thưởng hấp dẫn hơn đưa ra sau. (Khi nào con mặc xong quần áo ngủ, mẹ con mình sẽ đọc truyện. Sau khi con dọn phòng xong, chúng ta sẽ tới thư viện nhé!) Điều này có nghĩa bạn phải biết điều gì hấp dẫn con mình - vì không phải đứa trẻ nào cũng thích truyện hay thư viện.

Bất cứ thứ gì mà trẻ muốn làm đều có thể trở thành nguồn động viên, nhưng hãy nhớ, không phải mọi nguồn động viên đều cần phải bắt trẻ hoàn thành cả một núi việc, bởi sự động viên đó có thể bị mất hết tác dụng. Có những cha mẹ sử dụng sự kiện sắp diễn ra khiến bọn trẻ làm việc nhiều một cách quá đáng. Hãy giữ cho những phần thưởng đơn giản và vừa phải. Mục tiêu ban đầu là giúp trẻ thành công và cuối cùng, thì thành công chính là sự tưởng thưởng vĩ đại nhất.

ĐỒ ĂN

Đồ ăn ưa thích với trẻ có thể được sử dụng làm phần thưởng "nóng",

đặc biệt để thay đổi hành vi. Trong nhiều năm, chúng tôi đã thấy đồ ăn có thể mang lại thành công với những đứa trẻ chậm chạp và kém phát triển như thế nào. Những lớp học đặc biệt đưa ra các lí do để giành được những phần thưởng kẹo cho những việc làm tốt. Những phần thưởng trực tiếp bằng đồ ăn có thể trở thành một công cụ để cải biến hành vi và hình thành những thói quen tốt ở những trẻ bình thường. Những nguyên tắc quan trọng cho việc sử dụng sự điều chỉnh hành vi này như sau: (1) chỉ điều chỉnh một hành vi trong mỗi lần; (2) hãy giữ cho nhiệm vụ của trẻ thật đơn giản; (3) phần thưởng nhỏ thôi; (4) hãy kiên định giữ vững lập trường và chỉ trao thưởng khi tất cả hành vi mong đợi được thực hiện.

Liệu bạn có thể nhận ra những gì mà năm chiếc kẹo M&M[2] có thể làm được không? Chúng có thể làm động cơ thúc đẩy một đứa trẻ đi ngủ, vượt qua nỗi sợ hãi của việc tới lớp giáo lý một mình vào ngày Chủ nhật, hay có thể khiến trẻ chạy vụt vào nhà tắm để rửa tay. Chúng đóng vai trò khuyến khích và phần thưởng tức thì. Việc tạo ra những phần thưởng thích hợp là một thách thức, nhưng việc đó dẫn đến những thay đổi tích cực khi đi kèm với những lời khen ngợi.

Làm thế nào mà kẹo M&M có hiệu quả với bọn trẻ? "Mẹ có năm cái kẹo M&M ở trong túi cho con sau buổi học giáo lý ngày Chủ nhật nếu con tập trung học." Nếu trẻ không thực sự tập trung khi học, hãy nói: "Xin lỗi con trai. Có lẽ tuần tới con có thể ở lại với thầy giáo của con." Đừng trao thưởng cho tới khi hành vi đó được thực hiện xong. Bạn có thể cần sử dụng tới một lời nhắc nhở nhẹ nhàng (chỉ nhắc một lần thôi) về phần thưởng sắp tới như: "Bố/mẹ hy vọng con ngủ trong giường của con suốt đêm, để con có thể có năm chiếc bánh nho phủ sô-cô-la vào buổi sáng." (Nếu cứ lặp đi lặp lại phần thưởng đó thì có thể nó sẽ biến thành một trò hối lộ). Vào buổi sáng, lời khen ngợi và sự công nhận tới với phần thưởng là kẹo: "Bố thật tự hào vì con đã ngủ trên giường của mình suốt đêm. Bố biết là con có thể làm được điều đó. Con có cảm thấy vui không?" Nên nhớ việc sử dụng những lời khen ngợi hoặc sự công nhận về mặt xã hội giúp giảm bớt phần thưởng đồ ăn. Phần thưởng không nhất thiết phải càng ngày càng lớn, như những đồ hối lộ. Chỉ tốn tổng số 25 chiếc kẹo M&M dành cho cậu bé tới lớp một mình. Ngay sau đó cậu bé có thể quên tất cả phần thưởng kẹo và tìm được phần thưởng khác là sự chú ý của bố mẹ khi cậu kể về những gì diễn ra trong lớp học và cậu thu nhận được điều gì từ lớp học ấy.

Bạn cũng phải cẩn thận khi sử dụng đồ ăn làm phần thưởng nếu không,

bạn có thể tạo cho trẻ những thói quen ăn uống xấu, vì vậy đừng đi quá xa. Nhưng chúng ta phải thừa nhận rằng, đồ ăn có một động lực to lớn. "Ai nhặt và dọn được 20 đồ vật sẽ nhận được một que kem." Bạn không thể đưa ra phần thưởng là những que kem mỗi khi bạn muốn trẻ hoàn thành một công việc gì đó, nhưng nếu bạn sẵn sàng để có một thời gian dành cho việc vui chơi, tại sao không thử việc thu dọn lần đầu tiên. Trên thực tế, dừng lại để thu dọn là một thói quen tốt. Bảng thành tích có tên là Kem Nước Quả, là một phần thưởng thú vị và được lâu dài. Bỏng ngô cũng là một gợi ý hay. Giữ một thế cân bằng *hợp lý* - sức ảnh hưởng sẽ mất đi nếu lần nào bạn cũng mang tới một vốc kẹo khi đứa trẻ làm điều gì đó.

Có lẽ bạn không suy nghĩ theo hướng này, nhưng nấu ăn cũng có phần thưởng về phương diện ẩm thực - đó chính là thưởng thức các món ăn. Rửa chén bát thì không hấp dẫn như trộn bột để làm bánh quy sô-cô-la. Hãy cố gắng thử kết hợp càng nhiều việc rửa chén bát với việc chuẩn bị món ăn càng tốt, như vậy có sự khích lệ. Ngoài ra, việc rửa bát to và xoong chảo khá dễ dàng trừ khi chúng cần ngâm. Sẽ dễ hơn nếu cất muối, đường, bột và quế sau mỗi lần sử dụng, hơn là đợi tới khi xong hết mới cất, lúc đấy những lọ đựng gia vị này bị dính đầy bột và lại phải lau sạch hết từng đấy lọ. Một điểm lợi nữa là bạn có thể nói rằng sẽ không thể thưởng thức được món bánh mới nếu đống lộn xộn bày ra khi làm bánh chưa được dọn sạch.

THỬ THÁCH

Một ngày, Bonnie đưa ra một trò chơi thú vị: "Hãy xem quả quýt của ai có nhiều hạt nhất" để khích lệ cả gia đình ăn quýt. Bọn trẻ thường thích cam ngọt không hạt, nhưng Bonnie không thể nào bỏ đi 3 kg quýt chỉ vì chúng có hạt được! Năm năm sau, những đứa trẻ của cô vẫn đếm hạt của quả quýt mỗi khi ăn - nhưng rõ ràng cảm giác khác lần đầu tiên đó. Hãy khích lệ bằng những thử thách.

Thử thách: "Liệu tôi có thể mặc quần áo xong trước khi đồng hồ rung chuông đến giờ?" "Tôi có thể gập bao nhiêu cái tã trong vòng 10 phút?" "Liệu tôi có thể rửa xong đống bát đĩa trong lúc ti-vi phát chương trình quảng cáo?" (Thường khoảng năm đến mười phút). Bạn có thể không tin điều này, nhưng những đứa trẻ nhà McCullough đã biết rằng những việc vặt mà chúng phải làm vào sáng thứ Bảy cần phải hoàn thành xong trong lúc ti-vi phát chương trình quảng cáo giữa giờ chiếu phim hoạt hình. Bọn trẻ thích chơi trò Đánh bại Thời gian (Beat the Clock). Thử thách đưa ra

không nên theo kiểu trẻ - cạnh tranh - với trẻ vì có thể dẫn đến tính đố kỵ. Đã có đủ sự cạnh tranh giữa bọn trẻ rồi, không cần phải nuôi dưỡng thêm nữa. Ví dụ, nếu chúng ta nói với Matt (5 tuổi) và Becky (8 tuổi): "Hãy xem ai là người mặc quần áo xong trước", thì đứa thua sẽ òa lên khóc. Nếu nói: "Hãy xem ai là người mặc quần áo xong trước khi chuông đồng hồ điểm 10 tiếng kêu nhé," sẽ tạo cho chúng một cơ hội để chiến thắng. Một phương pháp khác vẫn tạo ra sự hợp tác là cha mẹ có thể nói: "Ngay khi hai con mặc xong quần áo, hãy cùng tới đây..." Tạo cơ hội cho chúng trợ giúp và khuyến khích lẫn nhau.

TIỀN

Tiền có thể được dùng như một hình thức khích lệ, một phần thưởng, nhưng cần lưu ý số tiền vừa phải và không tăng lượng tiền thưởng lên. Karen mang về nhà những đồng xu trị giá khoảng 20 đô la. Chồng cô là người lớn lên ở miền Nam và muốn bọn trẻ bắt đầu học cách nói, "vâng, thưa ông" và "vâng, thưa bà". Karen thưởng cho mỗi đứa một đồng năm xu khi chúng trả lời theo cách diễn đạt mới - trong trường hợp này, một phần thưởng trực tiếp tốt hơn là tích điểm lại và đưa cho trẻ số tiền sau. Việc này đã phát huy hiệu quả. Ba năm sau, bọn trẻ vẫn tiếp tục trả lời "vâng, thưa ông"; "vâng, thưa bà" rất lễ phép.

Nếu trẻ muốn có tiền để mua một món đồ đặc biệt nào đó, thì điều này có thể trở thành một động lực lớn cho trẻ thử nghiệm một việc mới mẻ. Khi Wes muốn có một đô la để đi chơi bowling, mẹ cậu nói hãy làm sạch thảm ở phòng ăn và bếp, một công việc cậu chưa từng làm bao giờ, nhưng cậu đã làm và có được một đô la. Vào một dịp khác, khi lựa chọn về công việc được đưa ra, không hề có trả tiền (đó là khi gia đình cần giải quyết hết công việc để tụ tập) cậu đã chọn việc dọn sàn nhà bếp và phòng ăn vì cậu đã biết phải làm thế nào.

Một người mẹ sử dụng tiền như một phần thưởng và hình phạt để huấn luyện bọn trẻ chưa tới tuổi thanh thiếu niên. Cô cho mỗi đứa mười lăm hào để vào lọ đựng thức ăn của trẻ con. "Đây là tiền tiêu vặt của con trong tuần tới. Mỗi lần mẹ phải nhặt đồ của con thì mẹ sẽ được lấy lại một hào và vào ngày thứ Bảy, con có thể giữ lại toàn bộ tiền trong lọ." Cô đặt những cái lọ ở cửa sổ của phòng ăn. Tuần đầu tiên, cô có đủ tiền để ra ngoài ăn sáng vào Thứ Bảy. Tuần sau thu nhập của cô chỉ mua được có mỗi một thanh kẹo. Bọn trẻ nài nỉ rằng để cho công bằng thì cha và mẹ cũng

nên có một lọ đựng tiền như thế, và nếu chúng thấy đồ vật gì của cha và mẹ để không đúng nơi quy định, chúng sẽ lấy đồng tiền từ lọ của cha mẹ. Một gia đình khác cũng sử dụng ý tưởng tương tự với số tiền dành cho giải trí của gia đình để trong các lọ. Tiền còn lại trong mỗi lọ sẽ quyết định liệu đứa trẻ nào có thể được đi ăn bữa tối ở nhà hàng vào tối thứ Sáu. (Cả gia đình thường đi ăn ở ngoài vào thứ Sáu. Đây là một cách thu hút sự chú ý của trẻ để hình thành một thói quen mới.)

PHẢN ỨNG BẤT NGỜ

Một phản ứng bất ngờ của cha mẹ có thể tạo ra một hiệu ứng sốc ở trẻ - và cha mẹ sẽ nắm quyền kiểm soát. Ví dụ, khi bốn đứa trẻ nhà Judy bắt đầu cãi vã về việc rửa bát đĩa, Judy đứng lên trên bàn với một cái muỗng bằng gỗ trong tay và bắt đầu hát bài Love at Home (Tình yêu trong gia đình). (Ai có thể chống lại được với những gì đang diễn ra?) Một giáo viên tiểu học đã lớn tuổi, đặt một cái hôn mạnh vào má cậu học trò lớp 5 đã có trò nghịch dại dột, sẽ đạt hiệu quả tốt hơn việc la mắng, đe dọa hay phạt. Bạn hãy tưởng tượng ra những kiểu phản ứng bất ngờ tích cực khác.

Khi một trong những học sinh lớp Ba của Sue bắt đầu la hét và làm ồn trong giờ kiểm tra đánh vần, Sue nhanh chóng ra lệnh: "Hãy dừng lại và nghe đây. Tôm, hãy đứng lên trên bàn để chúng ta có thể nhìn và nghe con rõ hơn. Nào giờ hãy làm ồn như lúc nãy cho tất cả chúng ta nghe đi." Kiểu phản ứng trái ngược hẳn này mang tới sự im lặng từ cậu bé Tom và Sue trở lại vị trí quản lý lớp học. Ở nhà, một phản ứng tích cực kiểu như vậy cũng có thể hữu ích. Khi Bobby bắt đầu than vãn về việc rửa chén bát, có thể nói, "Này, Bobby, từ từ đã. Mẹ muốn viết tất cả những lời phàn nàn đó lên tờ giấy và đánh số thứ tự. Lần tới con chỉ cần kêu lên các số thứ tự thôi."

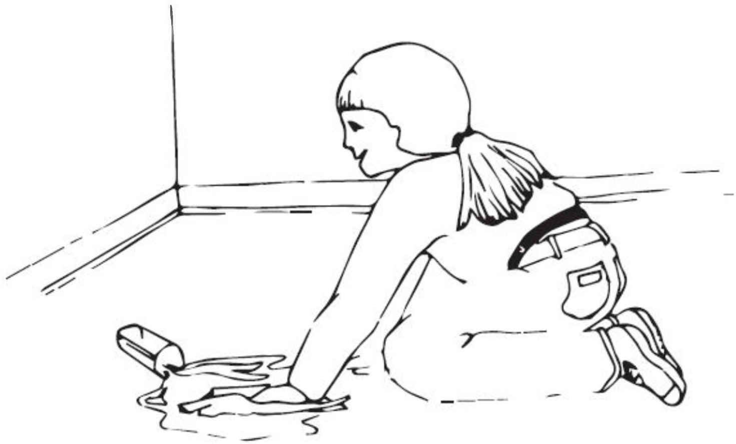
QUAN SÁT ĐỂ TÌM RA PHẦN THƯỞNG PHÙ HỢP

Thỉnh thoảng, nếu bạn quan sát, thì những cơ hội khuyến khích trẻ sẽ bất ngờ xuất hiện. Một bà mẹ có cậu con trai đang ở lứa tuổi thanh thiếu niên chẳng bao giờ giữ phòng riêng được sạch sẽ gọn gàng, đã tìm ra một gợi ý tuyệt vời khi con trai cô muốn có một chiếc gối bằng lông chim. Cô nói: "Được thôi, con trai, con có thể có một chiếc gối lông chim nếu dọn giường của mình hàng ngày." Một lần khác, cha mẹ cậu đã thử đưa ra vẻ mặt buồn bã mà không hề yêu cầu cậu làm bất kỳ điều gì để cải thiện phòng ngủ. Dù rằng phòng ngủ của cậu là vấn đề chính, nhưng họ cũng không

muốn khiến con trai họ ra khỏi nhà với tâm trạng khó chịu vì cái phòng ngủ. Cậu bé vẫn luôn cần cha mẹ và một mái nhà tràn ngập tình yêu thương. Một phần của trò chơi phần thưởng này là tìm ra đúng món phần thưởng phù hợp. Một ngày kia, cậu bé quên dọn giường và không hề có nhắc nhở gì, chiếc gối lông chim bị mang ra khỏi phòng. Ngày hôm đó, cậu bé dọn giường ngay khi từ trường về nhà, để chuộc lại được chiếc gối và điều đó không lặp lại nữa. Cậu học được cách dọn giường nhanh chóng và tỏ ra thích thú. Phần thưởng đã giúp cậu vượt qua được sự biếng lười. Khi nhìn thấy chiếc giường gọn gàng, cậu cảm thấy hài lòng và biết rằng điều đó sẽ làm cha mẹ vui, và sự tự tôn của cậu cũng được nâng cao.

Trẻ muốn thành công, nhưng đôi khi chúng cần biết rằng cha mẹ sẽ giúp chúng bằng những lời dặn dò, giấy nhớ, nhắc nhở, khuyến khích và tình yêu thương. Làm cha mẹ không phải là một trò chơi dễ dàng, và bạn không bao giờ chắc chắn rằng mình đã chiến thắng.

Nhận thức rõ ràng về những ý tưởng theo giai đoạn hay theo truyền thống có thể tạo ra ý tưởng mới lạ về những phần thưởng hay sự quan tâm. Bé Sarah (hai tuổi) nghĩ ra ý tưởng về chiếc bít tất cho Chú rối Lau bụi (Dust Muppet) và một cái khăn lau để làm một con Khủng Long Tạ Ơn để lau sạch chỗ sữa bị đổ. Một đêm, sau khi nghe một chương sách từ cuốn *Pippi Tất dài*, cậu bé Mattie năm tuổi nói: "Con muốn có một cái *Tìm kiếm đồ vật*". Với một chút hứng thú đó thôi, bạn có thể lấy một cái thùng, hoặc tạp dề, đính lên đó chữ "Tìm kiếm đồ vật" và đưa nó cho cậu bé để làm việc dọn dẹp dưới tấm thảm của ghế sô-pha. Thêm nhiều trò vui cho cuộc sống gia đình bạn bằng những phần thưởng và sự khuyến khích.



CHƯƠNG 8
Hình phạt hợp lý

Dù bạn có làm cho công việc (phân công trẻ làm việc) của mình thật hào hứng, dễ dàng, vui vẻ hay công bằng và được tổ chức chặt chẽ thế nào đi nữa, thì bạn phải lường trước được rằng các luật lệ mà bạn đưa ra sẽ được thử nghiệm. Và bạn cũng nên sẵn sàng bằng cách quyết định ngay các chính sách mà bạn đưa ra sẽ được thực thi thế nào. Nếu không trả tiền điện thoại thì điện thoại của bạn sẽ bị cắt. Khi bước vào vùng băng mỏng, bạn sẽ ngã nhào. Dù bạn là người lớn hay trẻ con, nếu bạn chạm tay vào dây điện, bạn sẽ bị điện giật. Đó chính là quy luật tự nhiên. Sử dụng các luật tự nhiên làm nguyên tắc ở bất cứ nơi nào có thể là hiệu quả nhất. Khi một việc không có hậu quả tự nhiên như trên hoặc nó quá nguy hiểm, thì hình phạt tất yếu sẽ được cha mẹ đưa ra. Ví dụ: "Nếu con lạm dụng xe hơi, con sẽ phải nộp lại chìa khóa xe", "Khi con gây ra một vết bẩn, dù cố ý hay vô tình, con sẽ phải làm sạch nó." Học cách sử dụng các lập luận như vậy cũng cần phải nỗ lực,

vì thế hãy suy nghĩ trước về những lập luận ấy. Nói chung sẽ có hai kiểu lập luận:

1. Nếu một quyền ưu tiên bị lạm dụng, nó sẽ bị rút lại trong một thời gian ngắn (có thể là dùng xe hơi, đài, điện thoại...).

2. Nếu gây ra hư hỏng, hình phạt có thể là phải làm lại hoặc khôi phục lại nguyên trạng.

Sử dụng các lập luận logic có thể cực kỳ hiệu quả và không cần phải cáu giận hay chì chiết. Tạo một kiểu lập luận logic an toàn sẽ làm tăng thái độ tôn trọng luật lệ ở trẻ. Kiểu kỷ luật này giữ cho bạn ở vị thế của thầy/cô giáo hơn là ở vai trò người thi hành pháp luật. Dành thời gian để quyết định hình phạt có thể có nghĩa là rời bỏ hiện trường cho tới khi bạn suy nghĩ về hình phạt đó một cách thông suốt. Hãy chắc rằng bạn có cảm nhận tốt về hướng đi mà bạn đang tiến hành. Bạn được quyền cảm nhận rằng điều đó là tốt cho gia đình mình. Chẳng có gì là hiệu quả với mọi đứa trẻ. Nếu hình phạt kèm theo sự giận dữ hay trả đũa thì sẽ gây tổn thương cho trẻ.

Trước khi hành động, hãy tự hỏi bản thân những câu hỏi sau về hình phạt:

- Liệu nó có hợp tình hợp lý?

- Điều đó có thể thực hiện được không?

- Điều đó có duy trì được nếu sử dụng thường xuyên?

- Hình phạt đó có quá khắt khe?

- Liệu có sự giận dữ, oán giận, hay trả thù gắn liền với những hình phạt ấy?

- Hình phạt đó có liên quan trực tiếp đến hành vi vi phạm hay không?

Liệu hình phạt có hợp lý không? Bạn muốn hình phạt là kết quả hợp lý, logic vì trẻ không tuân thủ quy định. Trong một cuộc điều tra, chúng tôi đã hỏi bọn trẻ điều gì sẽ xảy ra khi chúng không làm việc nhà và chúng đưa ra những câu trả lời sau:

"Vẫn phải làm việc đó sau này."

"Con không được trả công."

"Mẹ mắng con."

"Con không được xem ti vi."

"Con bị cấm túc."

Bạn có nghĩ mình sẽ thay đổi được thái độ của trẻ? Hãy suy nghĩ thật cẩn thận qua mối quan hệ giữa hành vi và hình phạt. Ngưng không cho xem tivi sẽ không tác động gì tới việc để ngăn tủ nhỏ trong phòng chứa đồ mở toang hoang, nhưng nó có thể liên quan tới khu vực bừa bộn ở phía trước chỗ để ti vi. Shawn, một cậu bé tám tuổi, liên tục để tủ đựng quần áo mở toang. Việc đó khiến căn phòng của cậu bừa bộn và thật nguy hiểm vì em trai của cậu ngủ cạnh cái tủ đó. Thay vì phạt không cho xem tivi hay phát vào mông, chẳng có tác dụng gì với thói quen cẩu thả của cậu, mẹ cậu bình thản nói: "Shawn, có vẻ như con không thể giữ được cái tủ này đóng kín, mẹ đoán con cần một khóa huấn luyện về việc này. Mẹ muốn con thực hành đóng vào và mở tủ ra mười lần. Hãy nhìn mẹ trước". Cậu hiểu ra vấn đề, và việc đó hiệu quả hơn nhiều là cáu giận đổ ụp toàn bộ đồ trong tủ xuống sàn nhà.

Sáng thứ Bảy, hai anh em Shawn và Tim lôi ra ba trò xếp hình và năm trò chơi khác. Chúng chơi trò bắn bóng và đánh rơi báo xuống sàn nhà, mấy chị gái thì xem phim, bỏ giầy và tất vung vãi. Không đứa nào để ý tới đống lộn xộn và dọn dẹp trước dàn ti vi. Trước bữa tối, mẹ thông báo: "Bởi vì các con không dọn dẹp trong phòng gia đình, các con đã mất quyền sử dụng phòng này và xem ti vi." Vì truyền thống của gia đình là xem chương trình chú rối Muppet vào lúc 6h30 tối thứ Bảy, nên cả bọn đều đồng ý dành năm phút dọn căn phòng đó. Hình phạt liên quan trực tiếp tới lỗi (mà bọn trẻ gây ra).

Một người mẹ nói: "Được thôi, nếu các con không treo khăn tắm lên thì các con không có khăn để dùng", nói xong cô mang toàn bộ khăn tắm ra khỏi nhà tắm. Cô đã rất cứng rắn trong hình phạt này - bọn trẻ buộc phải làm khô người với giấy vệ sinh và đi nhón bằng đầu ngón chân trong nhà tắm. Liệu hình phạt đó có hợp lý không? Liệu chúng có học được những gì mà người mẹ muốn không? Có thể. Đó có thể là một bài học cũ, hoặc cũng

có thể là hình phạt khác được áp dụng - nhưng đôi khi nghĩ ra một hình phạt cũng khó. Việc đó khiến hình phạt rất khó thực thi. Có thể cần phải có một ghi chú dài. Có lẽ cần một kỳ nghỉ bốn tuần để suy nghĩ về việc này. Cha mẹ thường chỉ cần nhắn, quát nạt, hay rút lại ưu tiên nào đó một cách vô tội vạ. Hãy thử thưởng năm chiếc kẹo M&M xem - một đứa trẻ 15 tuổi sẽ có động lực để không lặp lại một sai lầm nữa.

Một cặp vợ chồng xấu hổ và thất vọng bởi đứa con trai tám tuổi đã nghịch chuông báo cháy tại trường học. Họ đã nói với cậu: "Con là một đứa trẻ hư. Con không xứng đáng có được bất cứ cái gì." Họ lấy toàn bộ đồ chơi của cậu mang cho bọn trẻ con hàng xóm. Cha mẹ cậu không hề kiên định: có lúc nghiêm khắc, có lúc lại quá dễ dãi.

Trở lại với câu hỏi: "Liệu hình phạt có phù hợp không?" Nếu bạn đang giận dữ, bạn sẽ có xu hướng trừng phạt hơn là điều chỉnh hành vi của trẻ. Đặt trẻ vào góc, hộp, hay phòng "phạt" - bất cứ việc gì bạn làm - sẽ cho bạn thời gian suy nghĩ rõ ràng và cho phép bọn trẻ điều chỉnh lại cảm xúc của chúng nữa. Sau đó thì hỏi trẻ xem tại sao lại phải đứng ở chỗ phạt, để bạn biết được rằng trẻ hiểu vì sao trẻ bị đứng ở đó. Bạn cũng có thể có vài ý tưởng tốt nếu hỏi trẻ rằng hình phạt nào thì xứng đáng với lỗi mà trẻ gây ra, nếu điều đó là cần thiết. Và đừng quên hỏi liệu trẻ sẽ xử lý như thế nào cho tốt hơn vào lần sau. Nếu học được từ sai lầm, sẽ giúp trẻ có được sự phát triển tích cực cho những thay đổi trong tương lai. Đôi khi, hình phạt hợp lý là quay trở lại và sửa chữa những thiệt hại do chính trẻ gây ra.

Nếu con bạn để quên sách hay không làm bài tập, liệu bạn có chạy tới trường đưa cho con không? Đôi khi cách tốt nhất là cứ để mọi sự tự nhiên xảy ra ở trường, vì thế trẻ có thể học cách kiểm tra kỹ trước khi tới trường. Trẻ sẽ học được tính cẩn thận, có thời gian để suy nghĩ thông suốt và có trách nhiệm với bản thân. Mặt khác, một bà mẹ nói: "Các con tôi rất ngoan và thường hay giúp đỡ tôi, nên khi con có thỉnh thoảng phạm một lỗi nhỏ, tôi không ngại giúp đỡ chúng." Chúng ta không muốn trẻ trở nên quá phụ thuộc vào chúng ta đến nỗi trẻ không thể phát triển được tính trách nhiệm, chúng ta cần thể hiện thái độ hiểu biết và hợp lý.

Liệu hình phạt đó có tác dụng củng cố không? Hãy chắc chắn bạn suy nghĩ kỹ trước khi nói - có thể bạn đang trừng phạt chính mình hoặc phải quay lưng lại với "lời hứa". Đừng dọa bỏ trẻ lại nhà một mình trừ phi bạn định như thế (và việc đó an toàn). Đừng bỏ một đứa trẻ sáu tuổi vào

phòng ngủ của nó và rồi bỏ đi, hy vọng những đứa lớn sẽ lấy đó làm gương. Tắt ti-vi một tuần có thể tra tấn bạn hơn cả bọn trẻ nếu lịch trình của bạn quá bận rộn để giúp chúng tìm ra cái gì đó mới mẻ để làm.

Fay nói rằng cậu con trai 7 tuổi của cô đã dùng chiếc kéo cắt vải để cắt dây điện. Hình phạt hợp lý cho cậu bé là phải trả tiền để mài lại chiếc kéo. Cậu bé có tiền [tiết kiệm] và có một chiếc ô tô [đồ chơi] vì thế có thể giải quyết được vấn đề đó. Nhưng hình phạt cho một cậu bé 9 tuổi phải khác. John đang cố gắng dạy trẻ thói quen tắt đèn khi ra khỏi phòng. Mỗi khi anh thấy một phòng còn sáng đèn và không có ai ở trong, anh liền tháo một trong số các bóng đèn trong phòng cho tới khi bọn trẻ tắt điện mỗi khi ra khỏi phòng. Chúng mất quyền ưu tiên ánh sáng trong một đêm. Lần đầu tiên một bóng đèn hay là một cái đài còn đang mở, John liền rút phích cắm ra. Nỗ lực để cắm lại bóng đèn hay đài là một lời nhắc nhở bọn trẻ. Lần phạm lỗi thứ nhất có nghĩa là đồ vật đó sẽ không còn ở trong phòng đó một ngày, lần thứ hai, nghĩa là hai ngày. Sau ba lần, anh buộc bọn trẻ phải trả tiền thay dây hoặc thiết bị cắm điện.

Hình phạt hợp lý: Nếu bạn đánh đổ dầu mỡ ra thảm, bạn cần phải giặt sạch thảm. Nếu bạn đi lung tung và làm thủng tất, bạn phải khâu nó lại hoặc mua tất mới. Nếu bạn giặt quần áo không đúng cách thì phải giặt lại. Giám đốc của dàn giao hưởng Pocatello có một hình phạt tăng cường thế này - 50 xu tiền phạt cho việc chậm ra xe - biện pháp làm giảm sự chậm trễ trong các tour lưu diễn của dàn nhạc. Tiền thu được sẽ chi cho bữa tối cuối cùng trên đường lưu diễn.

Liệu biện pháp đó có hiệu quả? "Con phải dọn rác trước khi hết ngày (nửa đêm)." Vào lúc 11h55 đêm nếu rác chưa được đổ, ông bố đánh thức con gái dậy để đi đổ rác - một bài học để đời. Một giới hạn thú vị khác là "Con phải ăn hết cái này rồi mới ăn cái tiếp theo."

Cha mẹ yêu cầu con cái trả công với những công việc phát sinh dịch vụ không cần thiết có thể giảm bớt rất nhiều công việc. Nếu đứa trẻ không hoàn thành một việc vặt nào đó mà việc này lại cần xử lý ngay lập tức thì trẻ phải làm một việc khác thay thế. Khi quần áo sạch bị ném vào trong máy giặt thay vì được mắc lên, bọn trẻ sẽ phải giặt chỗ quần áo ấy bằng tay. Để khiến bọn trẻ hiểu rõ và chắc chắn về hình phạt, hãy dành thời gian để trao đổi với trẻ. Yêu cầu trẻ nhắc lại điều luật bị phá vỡ là một trong những cách hiệu quả nhất. Nó loại bỏ trường hợp trẻ không hiểu và tăng cường trí nhớ

cho trẻ trong những lần sau. Điều này cần được tiến hành nhẹ nhàng dựa trên tình hình thực tế và không khiến trẻ "cảm thấy tội lỗi".



KIỂM TRA LÚC 8 GIỜ

Carolyn khám phá ra một hình thức phạt tự nhiên rất kỳ diệu. Cô và anh chồng Bob muốn thử nghiệm hình phạt mỗi khi họ về nhà vào buổi tối mà nhà cửa bề bộn. Sách vở, đồ chơi, quần áo, khăn tắm và đĩa bát ở khắp nơi. Thay vì đánh thức bọn trẻ dậy trong cơn thịnh nộ của mình, họ đã đưa ra một kế hoạch. Sáng hôm sau, họ giải thích với bọn trẻ: "Bố mẹ sẽ đi kiểm tra ngôi nhà hai lần một ngày vào lúc 8 giờ sáng và tối. Bất cứ thứ gì bị bỏ lại trong khu vực sinh hoạt chung sẽ được đặt vào thùng Dịch vụ Đặc biệt và sẽ phải được chuộc lại với một công việc vào trước trưa thứ Bảy hàng tuần. Hãy nhớ các con đã được cảnh báo về điều này." Đêm đó, Carolyn và Bob đã lượm được 12 đồ vật. Sáng hôm sau, bọn trẻ thấy chiếc hộp đặt trên nóc tủ lạnh, chúng rất tò mò về những thứ ở trong hộp. "Con cần phải làm gì cho mẹ để lấy lại đôi giày của con?" Carolyn trả lời: "Hãy lau sạch màn hình ti vi."

Carolyn đã không thành công khi thử nghiệm phương pháp này trước đây, khi mà cô cứ thu nhặt mỗi thứ bọn trẻ bày ra vào bất cứ thời điểm nào. Điều đó sẽ đòi hỏi sự hoàn hảo ở trẻ và cha mẹ luôn luôn phải giám sát. Nó không có tác dụng củng cố. Mục đích của cô không phải là bọn trẻ trở nên hoàn hảo mà bọn trẻ cần chú ý và có ý thức về việc để đồ của mình gọn gàng. Cô sẽ không thấy khó chịu nếu bọn trẻ thỉnh thoảng để một vài món đồ ở đâu đó trong chốc lát, nhưng điều khiến cô nổi giận là bọn trẻ biến chỗ tạm thời thành dài hạn và bọn trẻ chẳng để ý gì cho tới khi chúng cần đồ vật đó

nhiều ngày sau. Ví dụ, một trong những đứa con trai của cô có ba chiếc áo khoác. Cậu bé lấy áo khoác ở trong tủ ra và cho tới khi không còn chiếc áo khoác nào còn lại trong tủ thì cậu mới nghĩ tới việc mình đã để áo khoác ở đâu.

Lần này, khi Carolyn sử dụng biện pháp theo cách mới, dễ dàng hơn để kiên trì theo đuổi với hình phạt này bởi vì nó chỉ xảy ra hai lần một ngày. Cô cũng chỉ tìm cơ hội để củng cố cho hành vi mong đợi ở bọn trẻ khi một đứa đã nhặt được vài thứ: "Becky tiết kiệm được một công việc vặt bằng cách dọn giầy của con." Một thành phần quan trọng cho việc thay đổi một hành vi là đưa ra nhận xét tích cực cho hành vi mong muốn.

Buổi tối của ngày thứ hai, đứa con gái 15 tuổi đang khó nhọc bê một đống đồ đi về phòng ngủ của nó. Đã thành công! Kiểu phạt này đã phát huy hiệu quả. Con bé rất tích cực trong các hoạt động ở trường nhưng lại chẳng mấy quan tâm tới việc ở nhà. Chính cô bé đã bỏ giầy của cha mình vào hộp bởi vì đôi giày bị vứt ở ngoài sau 8 giờ và tuyên bố rằng cha phải làm cho cô ấy một việc vặt gì đó tại nhà để đổi lấy đôi giày. Buổi sáng ngày thứ tư là vào thứ Bảy. Cậu con trai 11 tuổi kiểm tra chiếc hộp để tìm xem cậu có phải làm việc vặt gì để lấy lại đồ của mình không. "Con phải làm gì để lấy lại áo khoác của con hả mẹ?" Carolyn sai con lấy báo ra khỏi ga-ra. Cậu bé không phải là người duy nhất chuộc lại đồ, mọi người trong nhà đều phải làm thế. Sau đó, cậu tự hào lấy từng món đồ đưa cho chủ nhân, huyên thuyên về sự rộng lượng của mình. Đứa con gái 8 tuổi thì tràn đầy năng lượng trong khi Carolyn thì đã bỏ vào trong, xếp bát đĩa và rửa tiếp một loạt bát đĩa khác. "Mẹ có thích cách con giúp mẹ không? Liệu con có cần làm gì trước để chuộc lại món đồ của con không mẹ?" Thành công nữa! Cô bé đã để ý tới các việc vặt khác trước khi được yêu cầu phải làm việc.

Những đợt kiểm tra lúc 8 giờ được Carolyn áp dụng vài tuần rồi, sau đó cô không cần dùng tới biện pháp này nữa bởi vì bọn trẻ nhà cô đã tiến bộ rất nhiều trong việc thu xếp gọn gàng đồ đạc của bản thân. Ba tháng sau, cô lại sử dụng lại biện pháp này vài ngày để củng cố thói quen cho bọn trẻ. Vì sao biện pháp này hiệu quả?

1. Bọn trẻ đã đủ lớn để hiểu hình thức này.

2. Những đợt kiểm tra lúc 8 giờ dễ dàng thực hiện hơn là luật "toàn thời gian".

3. Hộp đựng đồ cần chuộc được đặt nơi dễ nhìn thấy.

4. Những công việc vặt để chuộc lại đồ thường rất đơn giản - chỉ tốn khoảng năm phút (thời gian làm của bọn trẻ) và công việc đó thường không phải là việc của chúng.

5. Những nỗ lực đặc biệt để tạo ra nhiều sự tham dự tích cực khi bọn trẻ dọn dẹp đồ của chúng vào những thời gian khác trong ngày.

6. Một lời nhắc nhở nhẹ nhàng được đưa ra trước khi cha mẹ đi kiểm tra lúc 8 giờ.

7. Đồ của bọn trẻ để trong phòng của chúng thì không tính; những đồ đạc lộn xộn đó sẽ được tính vào việc vặt của bọn trẻ hàng ngày trong phòng và vào thứ Bảy khi mà mọi thứ đều được dọn rất sạch sẽ.

Liệu hình phạt có đi cùng với sự chăm lo dinh dưỡng? Những lời tuyên bố của cha mẹ về hình phạt rằng nếu vào bàn ăn tối muộn hay là không chịu ăn tối khi được gọi sẽ không được ăn. Không cho con ăn, theo như Selma H. Fraiberg, tác giả cuốn sách *The Magic Years*, không phải là một hình phạt tốt, đặc biệt là trẻ nhỏ, bởi vì nó "làm tắt lịm những phản ứng chuỗi về tâm lý". Tâm trí của trẻ bắt đầu "tưởng tượng cha mẹ là ngáo ộp - những kẻ sẽ để mặc trẻ đói khát - và kịch bản này sinh ra sự tức giận ở trẻ, lúc này sự răn đe đã mất tác dụng." Vậy chúng ta sẽ làm gì với đứa trẻ lề mề vào giờ ăn tối? Hãy để trẻ ăn đứng hoặc ăn một mình. Trẻ có thể ăn những gì còn lại và phải tự dọn dẹp sạch sẽ. Nếu trẻ còn nhỏ quá để tự dọn dẹp thì trẻ rõ ràng là quá nhỏ để hiểu thế nào là bị phạt không được ăn tối. Hãy thử một biện pháp khác để truyền dạy bài học này. Hãy kiểm tra lại cách bạn gọi bọn trẻ tới ăn tối. Liệu bạn có nói trước về giờ ăn tối? Để ý tới trẻ thường chậm chạp hay rề rà trong bữa ăn? Hãy cứ tiếp tục bữa tối. Sau khi cả nhà đã ăn xong, hãy dọn dẹp sạch sẽ. Hoặc để mặc trẻ ăn một mình và để trẻ tự dọn dẹp chén bát của mình, hoặc là nói với trẻ rằng thời gian dành cho bữa ăn đã hết và cất hết thức ăn đi. Bí kíp ở đây là không cho trẻ ăn vặt khi gần tới giờ cơm. Không cần phải rầy la trong suốt bữa ăn. Trẻ sẽ tự học được rằng phải ăn cơm khi thức ăn bày ra và không kéo dài thời gian ăn nữa.

Fraiberg còn cho rằng: "Bất kỳ một biện pháp nào có hiệu quả hay không đều phụ thuộc vào nền tảng mối quan hệ của cha mẹ và trẻ." Khi chẳng có biện pháp nào hiệu quả, "câu trả lời không nằm ở một hay nhiều biện pháp mà nằm ở việc kiểm tra lại mối quan hệ giữa cha mẹ và con cái." Bọn trẻ thường rất khéo léo trong cách thu hút sự chú ý của cha mẹ và bắt chước người lớn về cách ứng xử không công bằng mà người lớn thường không có bản năng tự nhiên tương tự để đối phó với kiểu ứng xử này. Chúng ta cần phải kết hợp lại cùng nhau và đưa ra những ý tưởng tốt để ứng xử thích hợp với những biểu hiện không thích đáng của trẻ. Cha mẹ hay ông bà của bạn có thể cho những lời khuyên khôn ngoan. Hãy nói chuyện với họ, đọc tất cả những gì bạn có thể, và hãy đóng vai trò tích cực trong hội phụ huynh hay nhóm xã hội để củng cố nỗ lực nuôi dạy con của bạn.

Fraiberg nói tiếp: "Nếu hình phạt quá nặng, vượt qua cả sức chịu đựng của trẻ, nó sẽ không có ích lợi gì và sẽ chỉ làm cho cảm giác của trẻ về sự bất công tăng lên, đồng thời làm tăng cảm giác giận dữ và trả thù." Một người cha nói rằng: "Nếu con bạn không thể rửa bát mà không đánh nhau, tôi đoán rằng bạn cần tập luyện nhiều hơn và lấy xuống từng chiếc bát trên giá để rửa sạch". Liệu chúng có học được bài học cần thiết của việc không đánh lộn hay liệu chúng có ghen tỵ lẫn nhau cũng như tức giận cha không? Một người cha khác thì nói: "Nếu con trẻ đánh nhau trong khi rửa và sắp xếp bát đĩa, bạn có thể phải sử dụng biện pháp phân công. Trong tình huống này, nếu trẻ rửa bát cùng nhau sẽ được khen thưởng."

Một giáo viên đã áp dụng biện pháp buộc học sinh phải ra ngoài trong vòng 45 phút mỗi khi học sinh đó phát biểu mà không giơ tay (nói leo). Liệu biện pháp này có khiến cho học sinh học được cách giơ tay rồi mới phát biểu không? Không hề, bọn trẻ sẽ không phát biểu nữa. Điều tương tự sẽ xảy ra tại nhà nếu mẹ phạt nhốt bọn trẻ trong phòng ngủ của chúng mỗi khi chúng cãi nhau. Sau ba ngày như thế, chúng sẽ không còn cãi vã, nhưng cũng không chơi với nhau nữa. Cả giáo viên và người mẹ đã phạm hai sai lầm: 1/ Họ không để tâm tới việc củng cố tích cực tới hành vi mà họ mong muốn ở trẻ đi kèm với hình phạt sai. 2/ Thời gian phạt quá dài. Năm, mười phút là khoảng thời gian đủ để trẻ có thể bình tâm và suy nghĩ về hành động sai của mình. Pam Brace và Peggy John nói về một hình phạt rất hay mà mẹ của họ đã từng sử dụng. "Nếu các con cứ đánh nhau, các con phải lau các cửa sổ, từng bên một, cho tới khi các con cười với nhau thì thôi."

Liệu hình phạt ấy có quá nghiêm khắc? Bạn hãy thận trọng khi cho phép những hình phạt tự nhiên trở thành hậu quả của một quyết định sai lầm. Dĩ nhiên, bạn không định để cho trẻ bị xe hơi tông chỉ bởi vì cô bé đã sai khi tự đi ra phố. Khi tạo ra một hình phạt hợp lý, hãy cẩn trọng để không ảnh hưởng tới tâm lý hay sự hòa đồng của trẻ. Vâng, hình phạt có thể hơi đau một chút, nhưng phá hủy hình ảnh hay hy vọng của trẻ thì KHÔNG! Ví dụ: Một câu chuyện được đăng trên một tờ báo về việc một cậu bé 10 tuổi được thưởng một chiếc xe đạp rất tốt, tốc độ cao vào ngày sinh nhật với một vài hướng dẫn sử dụng và bảo dưỡng xe. "Không được lái xe đạp ra đường cao tốc và luôn để nó ở ga-ra". Chỉ sau ***một*** sự vi phạm để xe ở ngoài, người cha đã bán chiếc xe và giữ lại số tiền. Cậu bé đã khóc rất nhiều. Trong ví dụ này, cậu bé đã quyết đinh sẽ để dành tiền mua một cái xe mới và sau đó đã làm theo những chỉ dẫn về chăm sóc xe như cũ, vì thế đó là một câu chuyện thành công. Nhưng trong hầu hết các trường hợp, một đứa trẻ 10 tuổi sẽ không có cơ hội kiếm đủ tiền để mua một chiếc xe khác. Hình phạt đó không dạy cậu bé về tính chịu trách nhiệm mà kết quả là sự phẫn uất. Một hình phạt, dù là hợp logic, nếu quá nặng và vượt quá sức chịu đựng của trẻ, nó sẽ có hại nhiều hơn có lợi. Nếu bạn đậu xe hơi ở trước biển Cấm đậu, bạn có thể nhận một phiếu phạt hay chiếc xe bị đưa đi, nhưng liệu cảnh sát có bán xe của bạn không? Không. Đâu là hình phạt hợp logic có thể đưa ra cho một cậu bé 10 tuổi vẫn còn đang phải đấu tranh với việc thay đổi thói quen vứt đồ bừa bãi? Hình phạt có thể là "giam" xe một hai ngày. Tạo lập hình phạt quá nặng có thể có hại y như nuông chiều trẻ vậy.

Hãy lấy tiền làm ví dụ. "Nếu con làm vỡ thứ gì, con phải có trách nhiệm và phải mua đền thứ ấy." Nhưng hình phạt này sẽ thích hợp với trẻ bao nhiêu tuổi? Nếu trẻ làm vỡ cửa kính xe ô tô hàng xóm, bạn có thể chỉ cho trẻ cách kiếm tiền để chịu phạt.

Nếu hình phạt quá nặng, hãy thay đổi. Những hình phạt thích hợp tạo ra sự chấp nhận, hình phạt không thích hợp sẽ tạo ra sự oán hận. Một ví dụ khác: Cha và mẹ về nhà thấy hai con trai không lau dọn sạch nhà bếp trong khi đó là nhiệm vụ của hai đứa. "Chỗ này quá bẩn đến nỗi không thể nấu ăn được." Họ quay trở ra, bỏ đi và ăn ở ngoài, mặc hai cậu bé tự lo liệu. Điều này xảy ra ba ngày liên tục và đến ngày thứ tư họ về nhà thì bếp được lau sạch sẽ. Liệu giải pháp này có hiệu quả với hầu hết các gia đình? Không. Bọn trẻ sẽ làm bánh sandwich trộn với bơ, các loại hạt, mứt để ăn và xem tivi hoặc sẽ tới nhà bạn bè. Chúng ta cần biết về tình huống này. Liệu bọn

trẻ có thể tự làm sạch bếp hay không? Ai là người gây ra đống lộn xộn trong nhà bếp? Liệu đó có phải là hậu quả của kỳ nghỉ cuối tuần? Liệu hai cậu bé có cần sự giúp đỡ nào đó để dọn sạch cả đống lộn xộn ấy? Liệu có một phần thưởng hay sự động viên nào như là Bảng Kem hoa quả để thưởng cho hành vi tích cực? (Điều này chắc không đắt hơn ba bữa đi ăn ngoài của cha mẹ.)

Liệu có cần kèm theo hình phạt bất kỳ sự giận dữ, bực bội hay trả thù nào không? Nếu trẻ không chịu hoàn tất công việc vặt buổi sáng, liệu cha mẹ có tới tận trường lôi con về và bắt chúng hoàn tất việc vặt đó không? Một vị hiệu trưởng nói: "Nếu một người mẹ cứ đi sau con trong hoàn cảnh đó, cô ấy có thể phát điên, cô ấy đã không cương quyết với trẻ khi ở nhà, tất cả những thứ bất ngờ sẽ tới với cô ấy, và cô ấy sẵn sàng đổ lên đầu đứa trẻ. Đó sẽ lại là một kinh nghiệm tiêu cực." Một hình phạt như thế sẽ hợp lý chỉ khi cha mẹ cương quyết ở nhà trước đó - giảng giải, hướng dẫn, theo sát và đưa ra sự củng cố tích cực - những thứ tương tự như thế. Vậy cha mẹ cần làm gì khi một đứa trẻ tới trường mà không quan tâm gì tới công việc ở nhà? Nếu công việc cần phải được hoàn thành và không thể đợi [cha mẹ sẽ làm việc đó], trẻ sẽ phải làm một công việc thay thế để chuộc lại lỗi lầm; ngoài ra [nếu việc ấy không quá cần kíp] có thể để lại việc đó cho tới khi trẻ về nhà. Thời gian tốt nhất để buộc trẻ phải hoàn tất công việc bắt buộc là trước khi trẻ tới trường, có thể bằng cách tập trung giám sát nhiều hơn vào các công việc buổi sáng trong một khoảng thời gian. Nhưng nếu cha mẹ nhất quyết rằng công việc cần được hoàn thành trước khi tới trường, hậu quả có thể là bị muộn khi phải thúc giục con khẩn trương. Có thể có nhiều lý do để trì hoãn việc hoàn thành các công việc vặt vào buổi sáng. Điều gì xảy ra nếu không xếp chăn màn gọn gàng vào buổi sáng? Bạn làm việc đó khi về nhà. Liệu hàng xóm của bạn tới và chê cười bạn không? Một bà mẹ quyết định rằng việc vặt của bọn trẻ có thể hoãn lại cho tới khi bọn trẻ đi học về nếu chúng không hoàn tất công việc vào buổi sáng. Nhưng cô để ý rằng khi cô để bọn trẻ làm những việc vặt còn lại ngay sau khi đi học về, thì công việc đó kéo quá dài và chẳng còn chút thời gian nào để bọn trẻ chơi cả - một điều rất cần thiết sau khi đã chịu đựng áp lực từ trường học. Vì rằng không cần phải làm mọi thứ ngay tức khắc, nhưng vào lúc 5 giờ chiều, giờ chơi đã hết, tivi đã tắt, và *mọi người* đều làm việc vặt cho ngày hôm đó. Khoảng thời gian hoàn thành những công việc đó là trước bữa tối, cô nghiêm túc thực hiện quy định này. Hãy cố gắng để các mệnh lệnh và hình phạt công bằng và thân thiện.

Liệu hình phạt có liên quan trực tiếp tới lỗi lầm [mà bọn trẻ gây ra]? Nhiều người lớn thu lại ngay tiền tiêu vặt như một hình phạt cho việc không hoàn thành công việc hay thái độ xấu. Điều này phụ thuộc vào lập luận của bạn khi cho tiền bọn trẻ. Nếu đó là số tiền trả cho việc thực hiện một số công việc nào đó, khi công việc không hoàn tất thì không đưa tiền. Một cặp vợ chồng trả công cho bọn trẻ khi làm việc nhà, đã phạt 10 xu cho mỗi lần nhắc nhở. "Mẹ đang nhắc con lau sàn nhà." Mỗi lần như vậy đều được ghi nhận lại trên giấy có ghi rõ ngày giờ. Khi ngày trả công tới, một phần ghi chú được đưa cho trẻ với phần lương còn lại của cậu bé. Giữ lại sổ ghi chép liên quan và theo sát khiến hệ thống đó sẽ rất hiệu quả.

Vào ngày Bonnie bắt đầu viết về chủ đề các hình phạt hợp lý, cô về tới nhà lúc 10 giờ tối, thấy con trai 5 tuổi, đáng lẽ phải đi ngủ lúc 8 giờ tối, vẫn còn thức. Cậu bé bị buộc đi ngủ ngay. Mẹ, cha, các anh chị lớn hơn được phục vụ món kem phủ sô cô la. Cậu bé gào lên: "Con có được ăn chút kem không?" "Không, bởi vì con không đi ngủ đúng giờ quy định," bà mẹ trả lời. 10 phút sau cậu bé trở lại phòng xem ti vi, nơi mọi người đang xem tin tức. "Mẹ, nếu con đi ngủ đúng giờ, con cũng không được ăn kem." Thật là một đứa trẻ thông minh. Lý do cô đưa ra hình phạt mâu thuẫn với lỗi lầm của cậu bé - đứa trẻ có thể nhìn thấy sự không công bằng và bài học không được rút ra.



CHƯƠNG 9
Tổ chức phòng ngủ

Một trong những vấn đề đau đầu nhất của cha mẹ là làm thế nào để phòng ngủ của con trẻ luôn gọn gàng ngăn nắp. Nếu chúng ta để mặc cho con trẻ chăm sóc căn phòng cậu bé hoặc cô bé có thể không lau dọn phòng và học cách sống chung với đống lộn xộn - một việc không thể chấp nhận được (đối với người bạn đời hay bạn cùng phòng sau này của đứa trẻ). Nếu được cha mẹ thường xuyên lau dọn phòng hộ, đứa trẻ sẽ thích không gian ấy sạch sẽ, nhưng lại luôn mong đợi người khác dọn phòng cho mình. Chẳng có quan điểm nào trên đây là đúng cả. Cách tốt hơn là giúp đứa trẻ tự dọn phòng của chúng, vì thế chúng sẽ thích sự ngăn nắp và cảm thấy thỏa mãn, hơn là mẹ bỏ mặc chúng sống giữa một đống lộn xộn.

Điều đầu tiên cần giúp trẻ tổ chức phòng ngủ là đánh giá nguyên nhân

các vấn đề xảy ra. Dành ra 30 phút, ngồi xuống sàn phòng ngủ của trẻ và suy nghĩ về mọi nguyên nhân cũng như các giải pháp cụ thể. (Nên chuẩn bị một cây bút chì và giấy để ghi chép, nếu cần). Hãy quan sát căn phòng dưới cách nhìn của bọn trẻ - đó là lý do vì sao bạn ngồi dưới sàn nhà. Trong khi đánh giá căn phòng, hãy tìm cách (1) giảm bớt số lượng đồ vật ở trong phòng xuống tới con số mà trẻ có thể chăm sóc và quản lý, (2) sắp xếp phòng sao cho trẻ có thể dễ dàng lau dọn, (3) có chỗ để cho tất cả đồ đạc trong phòng.

Giảm số lượng đồ vật trong phòng. Xem xét về kiến trúc và diện tích của căn phòng. Liệu phòng có rộng không? Nếu bốn cậu con trai cùng chung một căn phòng đó, rõ ràng mỗi cậu không thể có nhiều đồ như một mình một phòng được. Liệu đồ của bọn trẻ có thể để ở nơi khác được không? Thậm chí tốt hơn là xem liệu cậu ta có cần tất cả những thứ ấy không? Có thể bỏ bớt một số đồ đạc sẽ làm cuộc sống của cậu đơn giản hơn. Đôi khi thật dễ dàng cho cha mẹ giữ phòng ngủ của họ ngăn nắp vì họ có đủ chỗ để cất các món đồ quý giá và đồ đạc, nhưng bọn trẻ thì chỉ có thể cất mọi thứ trong phòng ngủ. Với cách nhìn của trẻ, thì yêu cầu chúng dọn dẹp phòng ngủ cũng giống như nói với cha mẹ là hãy dọn dẹp sạch sẽ siêu thị sau một đợt bán hàng giảm giá. Bạn nên giúp trẻ cất gọn một phần đồ của chúng vào nơi khác và loại bỏ bớt đồ đạc không cần thiết. Sau một hồi cất đồ đi, trẻ có thể nhận ra rằng chúng thực sự không cần những đồ đạc ấy nữa và những đồ ấy có thể đem bán đồ cũ hoặc cho những người khác cần dùng.

Xem lại cách bài trí trong phòng. Trong khi đang ngồi dưới sàn nhà, bạn hãy xem liệu vị trí kê giường hợp lý chưa? Liệu việc sắp xếp ga giường, chăn, tấm trải giường có dễ thu dọn, hay những chăn mền đó có thể rất dễ thương và tốt theo suy nghĩ của người lớn, nhưng với trẻ nhỏ quá khó để thu dọn. Nếu phòng của trẻ rộng, hãy kê giường cách tường một đoạn để việc dọn giường được dễ dàng. Khi bạn đang tìm cách sắp xếp phòng ngủ cho trẻ, hãy đặt những câu hỏi như: "Liệu bọn trẻ có tự treo được áo khoác và áo ngủ của chúng không?" Nếu không, có thể những cái móc sẽ thích hợp hơn là giá treo đồ (thường cao hơn tầm với của trẻ). Bạn có thể bố trí một cái thùng rác hoặc giỏ mây đựng quần áo ở trong phòng. Hộp đựng giầy trong tủ/phòng đựng đồ có thể tạo ra nhiều ngăn để phân chia các ngăn đựng tất, quần lót, dây lưng và quần áo ngủ. Khi bạn ngồi dưới sàn nhà tính toán, có thể bạn sẽ có những ý tưởng tốt, nhưng đừng quên hỏi ý kiến của trẻ.

Tạo một nơi để đồ. Trẻ cần người lớn giúp làm việc này. Phòng ngủ của trẻ 2 tuổi sẽ hơi khác so với một học sinh lớp Bảy, và một đứa trẻ có phòng riêng sẽ linh hoạt hơn là phòng ở ghép. Hãy xem xét những gợi ý sau đây để tìm ra cách phù hợp với hoàn cảnh của bạn:

Liệu đó có phải là một nơi nghỉ ngơi mà trẻ có thể quản lý và dọn dẹp được không?

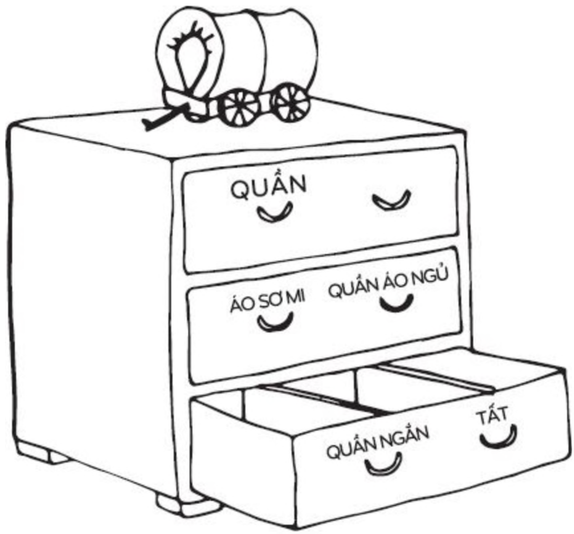
Liệu có một chỗ để cất quần áo sạch? Thông thường, đó sẽ là một cái tủ. Liệu thanh chắn ở trong tủ để móc đồ lên có đủ thấp cho trẻ không? Nếu bạn không muốn thay đổi gì trong tủ, hãy tạo ra một chỗ để đồ cho trẻ vừa tầm với, để trẻ có thể dễ dàng sử dụng tủ. Trẻ nhỏ đã có thể lấy đồ từ cái móc áo, nhưng nên dạy cho trẻ cách móc quần áo sạch vào đồ móc áo. Vào độ tuổi nhỏ, chúng thường chỉ lấy đồ ra mặc một ngày rồi sau đó tắm và thay đồ để mang đi giặt, nhưng các loại quần áo khác như quần áo ngủ, áo khoác (mùa đông) và áo len là những loại quần áo không cần giặt mỗi lần mặc. Có thể móc lên để ngày mai mặc tiếp là tốt nhất. Một vài trẻ không cần hẳn một cái tủ to để treo đồ bởi vì mọi thứ chúng mặc đều có thể gập gọn gàng.

Liệu có một nơi để cất đồ của mùa khác trong năm và những đồ chưa mặc tới? Thường thì, bởi vì trẻ không cần hết không gian trong tủ cho những quần áo thường mặc, chúng ta sẽ móc quần áo chưa mặc và quần áo mùa khác vào trong một ngăn khác của tủ, nhưng điều này cũng tạo ra các vấn đề về quản lý. Cố gắng thu xếp số quần áo chưa dùng tới này vào các hộp rỗng và trữ chúng trên nóc tủ hay một vài chỗ khác, ví dụ như trong phòng đựng đồ chẳng hạn.

Liệu có nơi nào để quần áo bẩn? Cha mẹ thường mong đợi bọn trẻ mang quần áo tới giỏ đựng quần áo bẩn trong nhà tắm hay phòng giặt mỗi khi chúng thay đồ. Hãy cố gắng đặt một cái giỏ đựng đồ bẩn ngay tại phòng hay ở gần tủ quần áo của bọn trẻ.

Liệu có chỗ nào để quần áo sạch đã được gập gọn gàng? Thường bọn trẻ sẽ có những ngăn để quần áo sạch. Thế còn mũ và găng tay? Có thể là một chỗ trống trong tủ hay những cái móc ở cửa sau của tủ. Một vài gia đình có truyền thống để quần áo ngủ ở dưới gối hay trong bụng của con thú nhồi bông có kéo khóa. Giúp trẻ nhớ hệ thống này bằng việc dán nhãn vào các ngăn tủ/kệ. Nếu gia đình bạn đông con, bạn hãy sắp xếp các ngăn tủ theo thứ tự giống nhau, ví dụ: ngăn tủ trên là đồ quý giá, ngăn thứ hai:

quần áo ngủ, quần áo lót, tất; ngăn thứ ba: quần dài và áo sơ mi; ngăn thứ tư: các đồ linh tinh khác. Thêm một lời khuyên: Hãy tạo ra một truyền thống dọn sạch và làm mới các tủ đựng này. Trước Giáng sinh và năm mới có thể khiến bọn trẻ có động lực làm sạch phòng đựng đồ và tủ quần áo. "Hãy tạo không gian cho các món quà mới. Chúng ta có thể tặng một vài ngăn kéo này cho một gia đình cần dùng không nhỉ?"



☐ Liệu có chỗ để đựng những đồ linh tinh?

☐ Liệu có chỗ cho các quyển sách? Có thể câu trả lời là một giá để sách, hay một loạt những giá được làm từ gạch và bảng, hay giá trong tủ. Nếu bạn muốn trẻ đọc sách, hãy dành một nơi để sách vở trong phòng ngủ của trẻ.

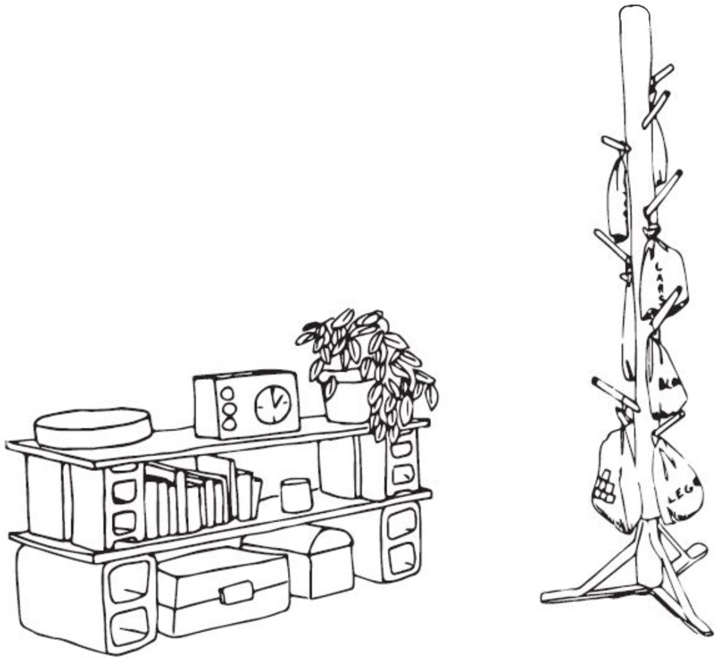
☐ Liệu có một cái bàn? Điều này đặc biệt quan trọng, vì sau khi vào trung học cơ sở hay là trung học phổ thông, trẻ cần có một nơi để làm bài tập, tuy nhiên nó cũng có thể được đặt ở một nơi khác trong nhà bạn.

☐ Liệu có nơi để sách vở ở trường và các bài tập?

☐ Liệu giá sách có chỗ để các bài tập đã hoàn thành và các báo cáo? Có thể là một ngăn đựng tài liệu hay một cái hộp trong tủ cũng là giải pháp.

☐ Có một chỗ để đồ chơi không? Trừ những đồ chơi rất lớn thì hộp đựng đồ chơi là một nơi trữ đồ chơi tồi nhất. Mỗi khi bọn trẻ muốn một món đồ chơi, chúng phải lục tung lên để kiếm thứ mình muốn. Các trò chơi và xếp hình với rất nhiều mảnh hiếm khi còn đủ số mảnh ghép sau khi bị đảo lộn lung tung ở trong hộp đựng đồ chơi. Hãy chia nhỏ các trò chơi, trò xếp hình xây nhà vào các túi riêng (túi lưới giống như túi đựng nho là tuyệt nhất) hoặc là các hộp. Hãy đặt những tấm ngăn bằng cao su xung quanh hộp đề phòng nó bị rơi, vì thế mọi thứ không rơi ra bên ngoài. Hãy mua một tấm cao su đắt tiền và nối hai đầu của chúng lại với nhau thành tấm co giãn chắc chắn. Các móc ở trong tủ, một cái giá có nhiều kẹp, bảng kẹp, hay một cây đồ chơi (giống như cây treo áo khoác nhưng với những móc ở dưới cột chính) có thể giữ các túi đựng đồ chơi này. Đối với những con thú nhồi bông, một cái giá treo có thể đặt ở góc, hay các lỗ có móc treo, và mỗi con vật với dải nơ quanh cổ được treo ở mỗi cây treo. Hay chiếc chốt dài được móc vào móc gỗ trên trần. Đóng các móc treo cốc lên trên một thanh gỗ để treo đồ chơi. Hãy chuẩn bị một lưới như lưới bắt cá giữa hai bức tường ở góc phòng như là cái võng dùng để búp bê và các con vật.

☐ Liệu có cách sắp xếp khác không? Một cái gương, lịch treo tường, nơi cắm bút chì và tấm nệm có ghim kim băng (để không bị lệch) có thể giúp trẻ tổ chức phòng ngủ tốt hơn?



Dù danh sách này tương đối dài nhưng cha mẹ sẽ tìm ra cách giúp trẻ giữ những thứ cơ bản nhất để trẻ có thể dễ dàng quản lý. Đừng để các sở thích và các bộ sưu tập biến mất.

ĐẶT RA GIỚI HẠN

Những nơi mà bạn tạo ra để chứa đồ có thể phải có một giới hạn tự động. Một ngăn trong tủ hay một cái hộp đựng các bài tập ở trường là một giới hạn. Khi hộp đầy, trẻ sẽ kiểm lại các bài kiểm tra này, chỉ giữ lại những bài ưa thích. Sau khi dự trữ các thứ trong một thời gian, một vài cảm xúc gắn bó ban đầu sẽ qua và bọn trẻ sẽ dễ dàng loại bỏ những vật không cần thiết. Một bảng tin hay một giá nhỏ để đồ linh tinh là giới hạn. Khi chúng đầy, một vài thứ giấy tờ hay một vài vật ưa thích sẽ cần được cất đi.

Một giới hạn quan trọng khác cần được xem xét chính là quần áo. Bao lâu bạn giặt đồ một lần? Hàng ngày? Một tuần một lần? Hãy đếm số lần giặt giũ, thêm một vài lần nữa, và đó là giới hạn cho số quần áo phải có.

Tuy nhiên trong tủ chúng ta có gần 2 - 3 lần số quần áo mà chúng ta cất và điều đó khiến ta phải nỗ lực để giữ cho phòng gọn gàng. Có rất nhiều quần áo chưa bao giờ được mặc tới. Chúng ta có xu hướng móc rất nhiều quần áo trong tủ như thể cái móc sẽ giữ đồ hơn là đưa ra một giới hạn về số lượng quần áo mà bọn trẻ có thể quản lý. Có lẽ, bạn có thể thay đổi một phần vấn đề. Một số người thường sẽ cất quần áo mùa đông vào các hộp để trên nóc tủ trong mùa hè. Thật khó để giặt giũ sạch sẽ với nhiều quần áo hơn, ngay cả khi có nhiều chỗ để đồ. Hãy lôi trẻ vào việc học cách sắp xếp đồ gọn gàng. Khi trẻ không mặc một cái áo hay quần nào đó hãy gợi ý trẻ kết hợp cái đó với một chiếc quần hoặc áo khác. Nếu chúng không thích một bộ quần áo nào đó, thì hãy bỏ món đồ ấy đi.

Giới hạn cũng cần được đặt ra cho đồ chơi. Hãy nghĩ tới việc quay vòng, lấy một vài món đồ chơi ra khỏi giá để đồ chơi trong một hay hai tuần rồi thay vào đó là các món đồ chơi khác. Trẻ nhỏ sẽ tìm thấy cảm giác mới mẻ ở những đồ chơi cũ sau một thời gian không động tới.

GIÚP TRẺ LÀM CHO CĂN PHÒNG TRỞ NÊN HẤP DẪN

Thỉnh thoảng hãy thêm vào phòng của trẻ vài đồ vật mới - điều này sẽ khiến trẻ thích thú. Thay bộ ga mới hay một bức tranh cho ngày sinh nhật của trẻ. Chỉ cần thay đổi vị trí đồ đạc trong phòng khi dọn dẹp cũng mang lại cảm giác mới lạ và thúc đẩy trẻ giữ gìn vệ sinh sạch sẽ trong nhiều ngày. Giường ngủ của trẻ không cần thiết phải hoàn toàn mới nhưng một chút thay đổi cũng có tác dụng với trẻ.

ĐỪNG VỨT ĐỒ CỦA TRẺ KHI CHƯA HỎI Ý KIẾN CHÚNG

Một bà mẹ nói rằng cô đã dọn giường của cậu con trai 7 tuổi thật gọn gàng. Trong khi cậu bé tới trường, cô đi vào phòng của con trai, xem xét các đồ vật của con, vứt những thứ linh tinh và lau dọn sạch phòng. Dọn phòng cho cậu bé chỉ là một giải pháp tạm thời. Điều đó không dạy cho cậu những kỹ năng giữ gìn và quản lý các đồ vật sở hữu; cậu cũng cần luyện tập loại bỏ các đồ vật và ra quyết định. Đặt ra các giới hạn trong phòng ngủ của trẻ và sau đó hướng dẫn trẻ tự đưa ra quyết định về cái nào cần giữ, cái nào cần bỏ đi. Sau khi đứa trẻ được 5 hay 6 tuổi, hãy luôn hỏi trẻ về những quyết định này. Một gia đình thường xuyên phải di chuyển hai năm một lần đã có khẩu hiệu: "Nếu đồ vật gì không còn dùng tới từ lần chuyển đồ trước, hãy

loại bỏ." Ngay cả khi bạn có không gian rộng rãi ở nhà, bạn cũng không nên cho phép trẻ giữ mọi thứ, như câu chuyện của một đôi vợ chồng trẻ vừa chuyển tới căn nhà đầu tiên của họ. Đó là một ngôi nhà có vườn nhỏ với hai phòng ngủ, vừa vặn với hai vợ chồng và một đứa trẻ mới sinh. Nhưng cha mẹ của anh chồng đã chất một đống đồ đạc đầy một xe tải để chuyển tới căn hộ. Họ giữ lại mọi đồ chơi và quần áo mà anh ta đã dùng từ khi còn là một cậu bé - những chiếc máy bay đồ chơi to tướng, một chiếc ô tô đua dài khoảng 2,5m, và cứ như thế. Giải pháp của đôi vợ chồng là xây một cái ga-ra. Hãy nghĩ mà xem. Việc trẻ sở hữu và thích thứ gì đó bây giờ không có nghĩa chúng sẽ muốn giữ vật đó suốt cuộc đời sau này. Hãy hướng dẫn trẻ cách giữ gìn một vài bảo vật thực sự và loại bỏ những thứ mà trẻ không còn thích thú nữa.

GIÚP TRẺ DỌN DẸP PHÒNG NGỦ

Một căn phòng lộn xộn trong nhiều ngày cho thấy cần có sự giúp đỡ của cha mẹ để lau dọn và sắp xếp lại. Mặc dù không phải tất cả, nhưng hầu hết trẻ đều có thể tự thu dọn phòng ngủ của mình khi đến tuổi 14, nhưng ngay cả ở tuổi đó, chúng thỉnh thoảng cũng cần sự trợ giúp của cha mẹ. Vào khoảng 5 - 6 tuổi, khi trẻ bắt đầu tới trường và có nhiều bạn bè, chúng bắt đầu sưu tầm nhiều thứ mới, nhận được nhiều món quà dễ thương có thể giữ được lâu hơn, và chúng sẽ gặp vấn đề trong việc giữ gìn phòng ngủ gọn gàng, sạch sẽ. Vào lúc đó, chúng rất cần sự trợ giúp và hướng dẫn của cha mẹ. Giúp trẻ thực hiện những công việc giữ gìn tối thiểu phòng của mình (dọn dẹp, gấp chăn mền gọn gàng, mắc quần áo đúng nơi quy định) mỗi ngày và quét dọn phòng, lau bụi, hút bụi mỗi tuần một lần, có thể vào chiều thứ Sáu hoặc là sáng thứ Bảy. Không khí gọn gàng rất tốt cho hình ảnh bản thân của trẻ, nó thể hiện rằng "Tôi gọn gàng" và điều đó làm cha mẹ hài lòng. Thái độ đó không đòi hỏi trẻ phải hoàn hảo và luôn luôn giữ mọi thứ thật ngăn nắp. Điều đó gắn liền với cuộc sống hơn là một ngôi nhà sạch bong, nhưng một bầu không khí sạch sẽ, gọn gàng sẽ khiến trẻ cảm thấy thoải mái để làm nhiều việc khác, đặc biệt là những việc sáng tạo, vui vẻ.



Giúp trẻ học được quy trình dọn dẹp và chia việc đó thành những việc nhỏ để trẻ có thể thấy được từng phần công việc và sự tiến bộ. Hãy bắt đầu hướng dẫn trẻ những việc lớn trước. Hãy hỏi: "Vật gì lớn nhất trong phòng con?" (có thể là giường ngủ). "Trước tiên hãy dọn dẹp giường ngủ." Sau khi giường đã được dọn, cả cha mẹ và trẻ có thể thấy được sự tiến triển - một thành công có thể đo đếm được. Cái gì lớn thứ hai trong phòng cần dọn? Có thể là những cuốn sách, hay quần áo bẩn. Thỉnh thoảng cũng khá thú vị khi dọn dẹp các đồ vật theo màu. "Giờ chúng ta hãy thu dọn các thứ mang màu đỏ" và lần lượt chuyển sang các màu khác.

Chú ý đây là phòng của trẻ và trẻ là người có quyền quyết định, cha mẹ chỉ là "nhà tư vấn". Đừng ngại hỏi "Con thích mẹ làm gì cho con?" nhưng hãy để trẻ ở vị trí chịu trách nhiệm. Điều mà bạn làm là giúp trẻ có sự độc lập, chứ không phải sự phụ thuộc. Tiếp tục hướng dẫn trẻ lau dọn. Sẽ tốt hơn nhiều nếu mọi thứ được thu dọn hoàn toàn trước khi hút bụi, lau cửa sổ hay là lau sạch các ngăn kéo. Khi sức lực giảm xuống, sẽ có một việc gì đó chứng tỏ sự tiến triển của công việc dọn dẹp và thúc đẩy hoàn tất công việc. Lý thuyết ở đây là dọn từ ngoài vào trong. Nếu việc dọn dẹp kéo dài và mệt mỏi, trẻ sẽ chán việc lau dọn và trì hoãn mãi, và như vậy thì tình trạng vệ sinh của phòng ngủ sẽ càng tệ hại hơn.

Khuyến khích và nhận xét tích cực là những lý do chính để cha mẹ dọn dẹp phòng với trẻ. Hãy chỉ ra sự tiến triển của công việc bằng cách so sánh với lúc ban đầu, nhưng đừng biến việc làm sạch phòng thành một vấn đề đạo đức. Đừng nói: "Con là một cô bé hư khi phòng con là một đống lộn xộn." Cũng cần chỉ ra tiến bộ khi nói: "Hãy nhìn xem, các cuốn sách trông thật đáng yêu khi chúng được xếp gọn gàng trên giá!" hay "Con thấy không, chỉ cần đóng cửa tủ vào sẽ khiến mọi thứ trông khác hẳn?" hay "Thật vui khi được chơi ở phòng sạch sẽ như thế này." Hay "Con có cảm thấy tốt hơn khi mọi thứ đã được sắp xếp gọn gàng không?" hay "Chúng ta đã hoàn thành một nửa công việc rồi."

Học cách sắp xếp phòng ngủ gọn gàng có thể là một thói quen tốt giúp tiết kiệm rất nhiều thời gian, có thể mang tới kết quả trong suốt cuộc đời của trẻ. Bằng cách theo năm nguyên tắc được liệt kê ở Chứng nhận 7.500 phút dưới đây, một người có thể tiết kiệm 30 phút mỗi ngày. Một sự tưởng thưởng lớn cho nỗ lực hàng ngày!

Chứng nhận 7.500 phút

Có giá trị cho người nhận nếu tuân theo đúng các nguyên tắc dưới đây:

1. Giữ phòng ngủ đơn giản. Kiến tạo ra chỗ cho mọi thứ cần thiết.

2. Cất gọn những đồ vật mà bạn không hay sử dụng và những quần áo mà bạn chưa mặc tới.

3. Sắp xếp những đồ đạc hay dùng ở nơi dễ lấy. 4. Ưu tiên dọn giường

đầu tiên mỗi ngày.

4. Không có vật gì chắn lối đi. Dọn dẹp ngay bất kỳ đồ vật nào sau khi sử dụng xong.

5. Dọn đồ đạc trong phòng 5 phút mỗi ngày.

Chứng nhận được gia hạn mỗi năm trong cuộc đời bạn. Giá trị chính là thời gian mà bạn tiết kiệm được để làm những điều bạn mong muốn.

Vậy còn những đứa trẻ cực kỳ, cực kỳ bừa bãi? Thực tế, cứ năm trẻ thì chỉ có một bé sinh ra đã gọn gàng ngăn nắp; bốn đứa còn lại cần phải được dạy dỗ để gọn gàng. Điều này dĩ nhiên cần nhiều sự kiên nhẫn, và thậm chí đôi khi chúng ta thấy nản lòng vì có thể phải dạy đi dạy lại một đứa trẻ kỹ năng dọn dẹp, sắp xếp đồ đạc gọn gàng trong nhiều năm, chứ không phải vài tuần. Hãy cẩn thận xem xét nguyên nhân, bởi vì có thể căn phòng chỉ là một dấu hiệu của các vấn đề khác. Vào độ tuổi 12, một số trẻ đi qua một giai đoạn đặc trưng khi chúng phá vỡ quy định trong phòng ngủ. Hãy quay trở lại và tự hỏi bạn các câu hỏi: Liệu có phải có quá nhiều đồ trong phòng của trẻ? Liệu cha mẹ có đưa ra những lời nhận xét tích cực? Liệu có phải trẻ thiếu kỹ năng? Có thể là do thái độ của người lớn và có thể đó là cách trẻ tiếp thu. Đừng dùng những lời nhận xét gây hụt hẫng như: "Nếu con không giữ phòng sạch bây giờ, làm sao con có thể quản lý cả căn nhà?" Bạn có thể đang xây dựng sai lầm trong tương lai. Hãy cố gắng, đừng từ bỏ, đừng la rầy hay đe dọa. Tiếp tục tìm kiếm những phần thưởng có thể thúc đẩy sự tích cực ngay bây giờ.

Sue Monson tìm thấy một tờ theo dõi cho những trẻ lớn nhằm giúp thiết lập một tiêu chuẩn rõ ràng và hướng dẫn chính xác những gì cần thiết. Cô sử dụng cách tiếp cận của quân đội vào một ngày thứ Sáu khi nỗ lực cải thiện tình trạng của phòng ngủ. Sau cuộc kiểm tra bất ngờ từng phòng ngủ, cô dán các điểm số vào cửa phòng. Biển "Chú ý" bao gồm cả những điểm tốt cho mỗi khu vực của phòng cùng với những lời nhận xét như "May mắn lần sau!" và "Con có thể tiến bộ hơn từ đây!" Điểm số chỉ ra rằng các phòng đều là một đống lộn xộn. Trên thang điểm 50, cha và mẹ đạt điểm cao nhất, 50 điểm. Tờ kiểm tra (xem mẫu dưới đây) dạy tất cả bọn trẻ hai thứ: biết các tiêu chuẩn được yêu cầu và để ý đến bụi và các đống lộn xộn. Vì trẻ không ở nhà khi đợt kiểm tra bất ngờ diễn ra, nó mang lại một cuộc thảo luận sôi

nổi - một cách tiếp cận mới cho khái niệm "hãy làm sạch phòng bạn". Khi Sue nói rằng bọn trẻ có thể kiểm tra phòng của cha mẹ, chúng la lên vui sướng và bắt đầu lập kế hoạch để đóng vai trò như những viên sĩ quan nghiêm khắc nhất, khiến dự án có vẻ như công bằng và có thể chấp nhận được.

Với bảng kiểm tra, đợt giám sát có thể được hoàn thành chỉ trong vòng 5 phút. Thời gian chính xác của mỗi đợt kiểm tra sắp tới được viết vào mẫu, đưa ra lưu ý cho nhiều ngày. Sue thấy rằng việc kiểm tra của bọn trẻ đối với phòng của cha mẹ có nghĩa như là một loại tiêu chuẩn cao và cô phải làm việc rất chăm chỉ để vượt qua. Điều thú vị là chính việc nâng điểm số từ 40 lên tới gần 50 điểm. Phần thưởng đôi khi rất đơn giản: một thanh kẹo, một chiếc xe ô tô cũ tìm thấy trong một cửa hàng bán đồ cũ cho đứa con 11 tuổi để nó tha hồ tháo lắp, hay là một cuốn sách đặc biệt từ thư viện. Hãy tự tạo ra tờ kiểm tra hiệu quả cho riêng bạn. Nếu đồ chơi và giá đặt đồ chơi là một vấn đề, hãy thêm vấn đề này vào tờ kiểm tra. Thay đổi danh mục để phù hợp với từng phòng mà bạn kiểm tra. Nếu có 15 cuốn sách xung quanh ghế ngồi, giới hạn chỉ là 3 quyển cần được đưa vào tờ kiểm tra. Điều chỉnh tờ kiểm tra sao cho phù hợp với hoàn cảnh gia đình bạn.

BẢNG KIỂM TRA PHÒNG NGỦ

Tối đa 50 điểm

Mỗi mục được từ 0-4 điểm. Việc nào làm tốt nhất sẽ nhận được số điểm cao nhất. Nếu có được 40 điểm hoặc hơn thì một phần quà đặc biệt sẽ được trao. Nếu không đạt, bạn có thể sắp xếp lại bảng kiểm tra hoặc lên kế hoạch để nâng số điểm vào lần tới.

Phòng *của JANE*

Ngày	Surprise 5/16	11 A.M. 5/17	2 P.M. 5/18	11 A.M. 5/24			
0-4 Sắp xếp giường	0	4	4	4			
0-4 Lau gầm giường	0	0	4	4			
0-4 Xếp gọn ngăn kéo (kiểm tra 2 lần)	2	2	3	4			
0-4 Tủ xếp ngăn nắp	1	3	4	4			
0-4 Ngăn kéo và cửa tủ đóng	0	4	4	4			
0-4 Sàn nhà được dọn sạch	0	1	4	3			
0-4 Bàn để đầu giường sạch sẽ và ngăn nắp	0	4	4	4			
0-4 Quần áo được treo gọn gàng	0	0	4	4			
0-10 Phòng được lau bụi: tủ 2 điểm,	2	3	4	4			
giá sách 2 điểm, bậu cửa sổ 2 điểm, bàn 2 điểm, và gỗ ốp chân tường 2 điểm	0	0	7	6			
0-4 Hút bụi sàn nhà	0	0	4	3			
	5	21	44	44			

Ngày 16/5 Kiểm tra đột xuất – khiếp quá! May mắn lần sau nhé!
Ngày17/5 Kiểm tra lúc 11h sáng. Gọn gàng. Tốt hơn rồi đấy!
Ngày 18/5 Kiểm tra lúc 2h chiều. Con đã dọn xong! Rất tốt!
Ngày 24/5 Kiểm tra lúc 11h sáng. Làm rất tốt – Thật sạch sẽ!

Trẻ thường có mức độ thích thú khác nhau về việc giữ phòng sạch sẽ.

Chúng ta có thể hy vọng rằng khi chúng có nhà riêng, động lực từ chính bản thân sẽ tăng lên bởi vì đó là nhà của chúng. Giờ đây, bạn có thể giúp chúng sắp xếp phòng ngủ và thành công trong việc giữ phòng ngủ sạch đẹp. Nếu việc này có dẫn đến mâu thuẫn, hãy nhớ, vai trò của trẻ trong gia đình bạn quan trọng hơn việc một phòng ngủ sạch sẽ. Nếu có thể, bạn hãy hướng dẫn chúng những kỹ năng giữ gìn ngôi nhà, để khi muốn, chúng có thể áp dụng. Nếu chúng không đảm nhận trách nhiệm bây giờ, có thể chúng sẽ làm sau này. Cô bé Sarah 2 tuổi được dạy để nói rằng: "Con có thể xử lý được mọi việc, con có thể xử lý được mọi việc". Một thái độ như vậy trong cuộc sống cũng đủ mang tới cho con bạn sự dũng cảm để nói rằng: "Con sẽ cố gắng thêm một lần nữa."



CHƯƠNG 10
Quản lý tiền bạc

Tương lai hạnh phúc của trẻ phụ thuộc nhiều vào việc lớn lên trẻ sẽ quản lý tiền bạc *như thế nào* hơn là chúng có *bao nhiêu* tiền. Để quản lý tiền bạc, chúng phải có tiền để quản lý. Bởi vì có rất nhiều kinh nghiệm quý báu để học hỏi trước khi một đứa trẻ đủ lớn để kiếm tiền bên ngoài, bạn sẽ cho con bao nhiêu tiền để thực hành việc quản lý? Một khoản trợ cấp? Các công việc được trả lương? Hay mỗi thứ một chút? Bạn cần đưa ra quyết định này. Trẻ có bốn cách để quản lý tiền: lên chi phí, tiết kiệm, kiếm tiền và cho tặng.

TRẺ SẼ KIẾM TIỀN BẰNG CÁCH NÀO?

Chính sách tiền tiêu vặt, đặc biệt là trong những năm đầu đời của trẻ,

dường như sẽ thành công. Chọn giải pháp trả tiền cho trẻ mỗi việc nhỏ chúng làm có thể gây rắc rối lớn, và kết quả cuối cùng có thể chúng sẽ không làm việc nhà nếu cha mẹ không chi tiền. Được trả tiền để dọn giường, thu gọn đồ chơi sẽ mở đầu cho một viễn cảnh sai lầm bởi vì sau này khi bọn trẻ lớn lên chúng sẽ phải dọn nhà mà không được trả tiền. Cố gắng giữ các trách nhiệm dọn phòng và giữ gìn nhà cửa gọn gàng, sạch sẽ là một phần trách nhiệm đối với gia đình hơn là liên quan tới tiền bạc. Một khoản tiền tiêu vặt, có thể là đưa cho trẻ theo tuần hay theo tháng, tùy vào độ tuổi, sẽ tạo cơ hội cho việc thử nghiệm với nhu cầu và các mong muốn. (25 xu cho mỗi tuổi thì đối với trẻ được 7 tuổi là vào khoảng 1,75 đôla.) Số tiền nhỏ này rõ ràng không phải là tất cả những gì trẻ cần, nhưng giúp trẻ học được giá trị của nhiều loại tiền, cách mua bán, mặc cả và sau đó là cách đánh giá chúng. Ví dụ, con của bạn quyết định mua một đồ vật nhỏ nhưng chúng lại làm vỡ ngay sau khi mua. Bạn có thể đưa ra lời khuyên, nhưng đừng áp đặt ý kiến của mình. Lý do của việc cho con tiền tiêu là để chúng có thể học hỏi về kết quả của các lựa chọn. Khi một đồ chơi nhỏ bị vỡ, đừng nói "Mẹ đã nói với con rồi", mà hãy giúp trẻ đánh giá tại sao và xem xét các lựa chọn trong tương lai.

Một trong những ưu điểm của một khoản tiền tiêu vặt là bọn trẻ có thể đếm tiền thường xuyên và thực hành việc lên kế hoạch và chi tiêu - hai bài học quan trọng. Giữ khoản tiêu vặt vừa đủ để chúng không đáp ứng được những đòi hỏi ngày càng tăng mà tạo động lực để chúng kiếm tiền nhiều hơn. Thời gian quyết định: Liệu bạn có tạo ra một công việc được trả lương cho trẻ, hay chúng sẽ tự kiếm tiền ở bên ngoài? Điều này phụ thuộc vào hoàn cảnh của bạn và độ tuổi của trẻ. Sau 12 tuổi, trẻ có nhiều cơ hội để tham gia bán hàng và làm thêm - những công việc như chăm sóc vườn cho hàng xóm hay chăm sóc thú nuôi trong các kỳ nghỉ giúp người quen, giữ trẻ, hoặc đưa báo.

LÊN KẾ HOẠCH CHI TIÊU

Hãy dạy trẻ cách quản lý tiền. Chúng cần rất nhiều kinh nghiệm trong quá trình trưởng thành để học cách lập kế hoạch, đánh giá và đưa ra quyết định. Hãy tạo cơ hội để trẻ có thêm kinh nghiệm trong việc lập kế hoạch các khoản chi tiêu và giúp chúng hiểu về kế hoạch chi tiêu của gia đình. Hầu hết trẻ thường tiêu sạch tiền, sau đó đợi tới khi có đợt tiền tiêu vặt mới. Nếu chúng học được cách đặt mục tiêu, lên kế hoạch và theo dõi các khoản chi phí, đánh giá lại thói quen tiêu tiền của mình thì số tiền ấy thực sự là tài

sản lớn cho chúng và chúng sẽ có nhiều hơn cái mà chúng thực sự muốn.

Hãy tạo điều kiện cho trẻ nhỏ có cơ hội mua bán. Nếu trẻ lựa chọn một cuốn sách tin học mua bằng chính tiền của mình, hãy để trẻ đếm các đồng xu, đưa tiền cho người bán hàng, lấy tiền trả lại và cầm cuốn sách đó. Trường học là nơi mang lại nhiều cơ hội để trẻ thực hành trách nhiệm với tiền bạc. Khi trẻ đi mua đồ ăn trưa tại trường, tiêu trong chuyến đi dã ngoại, mua một cuốn sách, vậy là chúng đang học hỏi. Sẽ có vài lần chúng đánh mất tiền. Hãy dạy trẻ cách giữ tiền an toàn. Một số người thường dùng cái túi nhỏ bằng vải để đựng tiền xu. Một cái túi có khóa hoặc phong bì có niêm phong với tên của trẻ và những gì có thể giúp ngăn ngừa việc đánh rơi tiền khi trẻ chạy, nhảy.

TIỀN CỦA TÔI

Tháng 3

month

	Thứ cần thiết		Thứ muốn mua	Ước tính kế hoạch cho tháng này	
1	Ăn trưa	1	Đồng hồ	Bữa trưa	8.00
2	Giầy tennis	2	Diều	Mua giầy	17.00
3		3		Diều	7.00
4		4			
5		5			
6		6			
					#32.00

Đồ đã mua

Tên	Đồ muốn mua	Đồ cần mua	Giá
Bữa trưa ngày 4/3		✓	1.00
Bữa trưa ngày 6/3		✓	1.00
Xem phim ngày 10/3	✓		3.00
Quà sinh nhật 10/3			16.80
			5.13

Để dạy một đứa trẻ cách quản lý tiền, bạn có thể tạo ra những kinh nghiệm học tập. Một dịp tốt để làm việc đó chính là mua quần áo. Giả dụ bây giờ là tháng Tám và bạn có 60 đôla để mua một số đồ cần thiết cho cô con gái. Số tiền đó không nhiều, nhưng nếu biết lên kế hoạch và cha mẹ cùng con gái biết mua sắm một cách hợp lý, thì trẻ sẽ thỏa mãn với sự lựa chọn và áp dụng kinh nghiệm này khi mua những thứ khác. Cô bé cũng có thể sẽ giữ gìn quần áo cẩn thận hơn và có lẽ sẽ hiểu rằng đôi khi cần phải biết kết hợp quần áo nếu không có đủ tiền để mua những thứ mới ngay. Hãy ngồi với trẻ cùng một cây bút chì và một tờ giấy. Viết ra mục tiêu. Cô bé thích gì? Cái gì cô bé đã có? Cô bé cần mua thêm cái gì hay cần thay đổi điều gì để có đầy đủ quần áo mặc? Bạn đang dạy cô bé lập luận hợp lý, hơn là chỉ mua những gì cô bé thấy và thích (bốc đồng). Sau đó, bạn sẽ nói về số tiền mà mình có. Sẽ có một vài sự cắt giảm, trì hoãn và hoán đổi. Vì đây đang là mùa của nhiều hàng giảm giá, bạn có thể xem báo, và sau đó cùng

con đi lựa chọn. Bạn có thể giúp con đánh giá kích cỡ, chất liệu và sự tinh xảo của mặt hàng: "Đây là cái mà chúng ta muốn? Liệu nó có bền không?"

Tạo ra nhiều cơ hội lập kế hoạch chi tiêu để trẻ có trách nhiệm hơn. Một người cha cho cô con gái 16 tuổi 120 đô để mua một cái áo khoác mới. Người cha nói: "Cha nghĩ là con đủ lớn để có lựa chọn khôn ngoan; con có thể tự đi chọn áo. Nhưng trước đó, cha muốn biết con thích gì? Hứa với cha mình thích gì trước khi mua hàng, trả lời rằng liệu chiếc áo khoác đó có đúng là chiếc áo mà con mong muốn thực sự không, hay con chỉ bị thu hút trong chốc lát." Đây là những mong muốn của cô bé:

1. Mình muốn áo khoác có thể mặc đi nhà thờ và các bữa tiệc
2. Đủ ấm cho mùa đông giá lạnh
3. Kiểu dáng phù hợp trong ba năm trở lại đây
4. Không giống áo khoác của mẹ

Chắc chắn, khi cô bé và bạn đi chọn áo, cô bé đã bị thu hút tới một chiếc parka (áo choàng dài có mũ trùm đầu) màu tím sáng. Nhưng cô đã có một chiếc jacket ski (áo khoác dài có mũ trùm đầu và rất dày) rồi và tiếp tục tìm kiếm bởi vì đã hứa với cha. Cô quyết định chọn một chiếc áo khoác bằng vải len màu xám lửng với đường viền tinh tế, thắt và có mũ chùm đầu. Cả cô bé và cha đều hài lòng.

Dần dần trao cho trẻ nhiều trách nhiệm tài chính hơn, chuẩn bị cho thời điểm khi con bạn rời nhà và quản lý tiền bạc hoàn toàn là trách nhiệm của chúng. Một gia đình đã dạy con cách quản lý tiền tiến bộ tới mức mà cha mẹ tự tin đưa cho đứa con tuổi thanh thiếu niên tất cả những khoản tiền dành cho việc mua quần áo, giầy dép, tiền ăn trưa, tiền xe buýt tới trường... thành một khoản mỗi tháng vì thế con họ có thể tự lên kế hoạch chi tiêu cho riêng mình. Chúng sẽ tự lập một bảng kế hoạch chi tiêu và sẽ đi theo đúng kế hoạch đó. Sẽ có lúc trẻ có thể có những quyết định thiếu sáng suốt, hay một ý thích bồng bột nào đó? Hãy nghĩ tới khoản vay? Khi bạn cho trẻ vay một số tiền, hãy buộc trẻ phải tiết kiệm để trả lại khoản vay đó. Bạn có thể không cần tới khoản tiền đó, nhưng trẻ cần phải học được bài học về trách nhiệm trả nợ. Nếu con sử dụng tiền sai mục đích quá thường xuyên, hãy hỗ trợ chúng một chút. Một bảng theo dõi đơn giản có thể giúp trẻ thấy những gì mà chúng đã tiêu và liệu chúng có tiêu pha kiểu đó một

lần nữa không.

Liệu con bạn có giữ một danh sách "những điều tôi muốn" trong đó chứa đầy những ước mơ cháy bỏng dành cho những đồ vật. Khi chúng có một chút tiền, hãy nói về những thứ mà chúng muốn nhất. Chúng có thể lên kế hoạch mua những thứ ấy hơn là tiêu tiền vào những mong muốn bồng bột. Sẽ không tốt nếu một đứa trẻ có mọi thứ mà nó muốn - hầu hết chúng ta cũng không thể nào có đủ tiền để đáp ứng được việc đó. Hướng dẫn trẻ mua sắm những thứ mà trẻ có thể cảm thấy thích trong một thời gian dài. Hãy nhớ câu nói: "Hầu hết bất hạnh trên thế giới này xuất phát từ việc bạn từ bỏ những gì bạn muốn nhất cho những gì bạn muốn tức thời."

Một bài học nữa trong việc lên kế hoạch chi tiêu có thể là lập kế hoạch đi nghỉ mát cho cả gia đình bạn, thảo luận về tổng số tiền được phép chi tiêu, bao nhiêu cho tiền xăng, ăn ở và bao nhiêu còn lại cho vui chơi và giải trí. Khi lập kế hoạch cho cả gia đình, hãy giúp trẻ lên kế hoạch mua sắm cá nhân những đồ trong chuyến đi như vật kỷ niệm, áo phông và những đồ tương tự. Nó có thể loại bỏ hàng loạt những yêu cầu (kiểu như "con có thể mua cái này không ạ?"). Bạn sẽ không muốn thử tất cả những kinh nghiệm này trong một chuyến đi, mỗi chuyến vận dụng một kinh nghiệm khác nhau. Và cuối cùng mới là áp dụng tất cả các kinh nghiệm.

Hãy thu hút trẻ vào việc lập kế hoạch chi tiêu trong gia đình và đặt mục tiêu. Khi bạn thiết lập và đánh giá bảng kế hoạch chi tiêu của mình, hãy để trẻ thể hiện mong muốn và cảm nhận của chúng. Hãy cho chúng trải nghiệm. Josh học được rằng thức ăn rất đắt khi lên thực đơn và đi chợ. Sau đó cậu đã cẩn thận hơn trong việc mở toang tủ lạnh cho các bạn của cậu. Don và Jane sử dụng kinh nghiệm thực tế để giúp con hiểu được kế hoạch chi tiêu của gia đình. Don chuyển séc của anh thành tiền mặt, mang về nhà và gọi mọi người tới cuộc họp gia đình. Bọn trẻ ngạc nhiên thích thú khi thấy số tiền, nhưng lại thất vọng khi số tiền đó chui vào mỗi phong bì trả cho các loại hóa đơn. Chúng nói về việc làm sao để lấy lại một ít số tiền đó bằng cách cẩn thận hơn khi đóng cửa ra vào, tắt điện khi không dùng nữa, và giữ gìn những gì mà chúng đã có. Hiểu về kế hoạch tài chính của gia đình, và được thảo luận công khai sẽ giúp trẻ có khả năng lựa chọn kế hoạch và giải quyết vấn đề cá nhân khi chúng lớn. Các cô cậu tuổi thanh thiếu niên có thể lần lượt đảm nhận vai trò duy trì sự cân bằng thu chi trong gia đình và viết các hóa đơn, séc, dù rằng cha mẹ phải kí vào đó (phổ biến ở nước ngoài hơn tại Việt Nam). Bạn có thể phải nói với trẻ rằng

thông tin tài chính là vấn đề riêng tư và chỉ được chia sẻ trong gia đình mà thôi.

TIẾT KIỆM

Tiết kiệm là kỹ năng phải được rèn luyện từng bước một. Bạn không thể bắt một đứa trẻ đưa hết tiền chúng có được vào tài khoản dành cho việc đi học khi trưởng thành. Chúng thậm chí còn chưa biết trường đại học là gì, dù bố mẹ có thể mở một tài khoản như thế cho trẻ. Trước hết, có thể học cách tiết kiệm cho một mục tiêu gần -một thứ gì đó mà chúng muốn - trong khoảng thời gian một hay hai tuần. Dần dần, trẻ sẽ có khả năng tiết kiệm cho những mục tiêu lâu dài và lớn hơn.

Đôi khi việc này hiệu quả với những nỗ lực tiết kiệm từng đồng tiền một cho một món đồ như là một chiếc xe đạp. Nó sẽ giúp trẻ điều chỉnh và hướng tới những mong muốn thiết thực - có thể đặt mục tiêu cho một chiếc xe đạp với một chút hỗ trợ bên ngoài để việc đó nhanh chóng thành hiện thực. Hơn nữa, tiết kiệm để chi trả một phần cho tài sản nào đó còn giúp trẻ có ý thức giữ gìn đồ cẩn thận hơn.

Để giúp Bonnie có thời gian viết sách kịp tiến độ xuất bản, bọn trẻ nhà cô đã ký hợp đồng làm việc nhà giúp mẹ với số tiền công tương ứng. Becky 8 tuổi làm việc chăm chỉ mỗi ngày sau giờ học. Mục tiêu của cô bé là mua cửa sổ cho ngôi nhà đồ chơi của mình. Cô bé để riêng phần tiền kiếm được để mua cửa sổ và một phần khác để tiêu vặt - như là để mua sách từ câu lạc bộ sách ở trường và những thứ tương tự. Một số cha mẹ bắt đầu dạy trẻ về tiền từ lúc trẻ còn rất nhỏ. Họ dạy chúng phân chia tổng số tiền tiêu vặt thành những khoản nhỏ như: "tiết kiệm dài hạn", "tiết kiệm ngắn hạn" giống khoản tiền mua cửa sổ cho ngôi nhà đồ chơi của Becky, và phần còn lại là dành cho "mong muốn tức thời". Nếu bạn chưa bắt đầu một chương trình tiết kiệm dài hạn ngay từ đầu, hãy nghĩ về điều đó khi bạn giúp trẻ tiết kiệm tiền.

Trong một nghiên cứu gần đây của tờ *Denver Post*, trong 96 học sinh lớp Tám, chỉ có một trẻ nói rằng mình đang tiết kiệm tiền cho việc học đại học. Bên cạnh việc trang bị những kỹ năng tự quản lý bản thân thì việc có một chút tiền sẽ giúp trẻ tự tin hơn. Chúng có thể dùng số tiền đó cho việc học khóa khởi nghiệp kinh doanh hay mua một ngôi nhà. Một cô gái đã tiết kiệm được 1.000 đôla từ việc trông trẻ trong suốt thời gian cô là thiếu niên.

Sau này, khi sắp kết hôn, cô thường suy ngẫm về những thứ rất đặc biệt mà cô đã có thể mua được. Đó là một cảm giác thật tự do. Chàng sinh viên nào tự trả một phần học phí cho việc học sau đại học thì thường sẽ học tập rất nghiêm túc. Giúp chúng tiết kiệm một chút cho tương lai ngay từ bây giờ sẽ khiến thói quen ấy dễ dàng hơn khi trưởng thành, và thật tuyệt khi chúng thấy mình có một khoản tiền để dùng sau này.



Khi trẻ bắt đầu kiếm được tiền, hãy hướng dẫn chúng cách tiết kiệm một phần số tiền ấy. Một gia đình ở vùng Trung Tây (của Mỹ) có một chính sách thế này: "Hoặc bọn trẻ tự tiết kiệm 25% số tiền mình có, hoặc là nộp 25% số tiền ấy cho bố mẹ để trả tiền sinh hoạt. "Trong một gia đình khác, hai cậu con trai nhận việc đưa báo. Sau khi gom tiền hàng tuần, chúng liền bày tiền ra sàn nhà. Đầu tiên chúng bỏ riêng số tiền phải trả hóa đơn báo, sau đó là một phần tiền để đóng góp cho nhà thờ. Chúng nói về việc sẽ tiêu bao nhiêu tiền cho tuần tới, xem xét các ngày sinh nhật và hoạt động đặc biệt đã lên lịch sẵn. Phần còn lại là để tiết kiệm. Đây là một sự huấn luyện tuyệt vời mà hai cậu con trai cùng được trải qua mỗi tuần. Dù cha mẹ có hướng dẫn, các chàng trai vẫn tự trải nghiệm. Hãy nhớ: Không nên để một đứa trẻ tiêu quá nhiều tiền. Nếu chúng có tiền và tự do tiêu tiền mà không hề có trách nhiệm gì, chúng sẽ học được giả thuyết sai lầm rất có hại cho cuộc sống sau này. Bạn không nên để cho trẻ thoải mái tiêu tiền và không hướng dẫn chúng.

Khi Wesley 12 tuổi nhận lương tháng đầu tiên, kiếm được 40 đôla một tuần, Bonnie tới ngân hàng với cậu bé và mở một tài khoản để cậu có thể lĩnh tiền lương, đóng khoản tiết kiệm đã thỏa thuận, và về nhà với khoản tiền mà cậu có thể được tiêu. Trước khi có tiền, dường như bạn muốn mua nhiều thứ hơn là lúc bạn đang có tiền trong tay. Khi tiền bị tiêu hết mà vẫn còn những thứ khác vẫn cần mua, sẽ có một sự thèm khát khó cưỡng và không muốn tiết kiệm "lần này". Đặt cọc số tiền tiết kiệm ngay từ đầu là một giải pháp cho Wesley. Trẻ cần biết rằng những người chủ đều có hệ thống để tiết kiệm từ tiền lương - giúp họ đạt được mục tiêu "tiết kiệm trước" (tiêu sau).

Trẻ sẽ cất tiền ở đâu trong nhà? Lợn nhựa, hộp, thùng, phong bì, lọ hay xếp tiền thành cọc? Một vật chứa bằng kính hoặc nhựa trong có một sức hấp dẫn nhất định, và việc chiếc hộp đó dễ dàng mở ra sẽ rất thú vị bởi vì tiền có thể lấy ra và đếm. Ngay khi trẻ tiết kiệm đủ tiền để mua một món đồ, hãy giúp chúng phân biệt giữa khoản tiền tiêu ngay tức thì và những khoản tiết kiệm ngắn hạn. Có thể quy định là tiền cho việc tiêu xài thì được đặt trong ví, còn tiền tiết kiệm thì để vào cái lọ. Một cách khác là có hai cái túi có dây khóa, một túi đề "tiền tiêu", một cái khác đề một mục tiêu như là "quỹ mua xe đạp". Một lưu ý: Khuyên trẻ không nên giữ quá nhiều tiền mặt tại nhà và không nên để tiền ở nơi mà các trẻ khác/ người khác có thể nhìn thấy để tránh xảy ra tình trạng bị mất cắp.

KIẾM TIỀN VÀ BIẾU TẶNG

Sẽ cần có một chút kiên nhẫn và trưởng thành để đợi một hai tuần tới kỳ lĩnh lương. Khi những đứa trẻ mới bắt đầu làm để lấy công, chúng cần những khoản trả tiền ngay: Quét dọn hành lang bây giờ và nhận một hào (10 xu) ngay tức thì. Khi trẻ có mong muốn kiếm tiền, hãy tạo cơ hội cho chúng. Một bà mẹ có con muốn bán đồ cũ, đã phát hiện ra rằng nếu trẻ kiếm được 50 xu, cậu ta sẽ cẩn thận hơn khi đưa ra lựa chọn. Một đứa trẻ 9 tuổi quét sạch một con đường dài (khoảng 30m) và dọn dẹp hành lang để kiếm 50 xu. Cậu ra mua một cái máy ghi âm đã dùng rồi (mà không chọn cái mới, đắt tiền hơn). Một bà mẹ tới ngân hàng vào đầu tháng Tám để đổi 20 đôla ra tiền xu để trả công cho bọn trẻ mỗi khi chúng giúp chị làm việc nhà (dĩ nhiên sau khi chúng hoàn thành các việc vặt và đã tự dọn phòng của mình), để bọn trẻ tự kiếm tiền mua đồ dùng học tập. Tất nhiên là người phụ nữ này có thể tự mua những thứ đó cho con, nhưng tháng Tám kinh tế khó khăn, hơn nữa chị muốn dạy cho con các bài học về giá trị của tiền, và

vì mong muốn chúng sẽ giữ gìn cẩn thận dụng cụ học tập hơn khi phải tự mình bỏ tiền ra mua. (Những đồng xu được gom lại trong một hộp trà ưa thích có ba cái bát nhựa trong đó đề tên của bọn trẻ, và được giữ ở giá trong bếp. Trước khi năm học mới bắt đầu, bọn trẻ đã có hai danh sách - một danh sách những mong muốn và một danh sách những nhu cầu. Chúng so sánh giá cả trên quảng cáo của báo và tới cửa hàng để mua. Với cách làm này, người mẹ nói rằng cô chi cho dụng cụ học tập của bọn trẻ ít hơn hẳn những năm trước.

Bạn cũng có thể gợi ý bọn trẻ tự làm các đồ thủ công để tặng hoặc là bán. Khi bạn tặng một món quà do bạn tự làm, sẽ có một chút tự hào và một cảm giác về thành tựu đạt được. Khi bạn có thể làm gì đó để bán nó sẽ thúc đẩy sự tự tôn. Vào lớp Ba, Bonnie kiếm tiền tiêu vặt bằng cách móc túi đựng các loại bình đựng bằng len, sợi và trả cho anh trai một khoản hoa hồng vì anh trai đã bán giúp cô bé loại túi đó. Giờ đây việc bán hàng tại nhà không còn là một ý tưởng mới lạ, nhưng ở các câu lạc bộ địa phương, trường học, nhà thờ thỉnh thoảng mọi người vẫn mang các đồ ký gửi tới bán. Bobette thích làm "chuột gạo" (hình chú chuột nhỏ bằng vải bên trong chứa gạo) để bán. Melea làm các khuôn mặt tượng mềm từ ni-lông để trang trí cây cối. Mattie (trong nhà trẻ) đã làm quả chuông từ cốc giấy bằng cách bọc bằng giấy bạc. Kiếm một số tiền sẽ mang lại cho trẻ một "cá tính tài chính".

Câu chuyện điển hình xảy ra vào năm 1979 khi Wesley 11 tuổi muốn kiếm ít tiền cho dịp Giáng sinh. Các chị gái của cậu đều kiếm được tiền từ việc giữ trẻ, công việc mà cậu còn quá nhỏ để làm, mà cha mẹ thì không cho phép cậu đi đưa báo. Cuối cùng, Bonnie gợi ý cậu nên nhận một vài đơn hàng làm bánh ở nhà của các giáo viên trong trường tiểu học của cậu. (Bonnie đã từng gửi bánh mỳ tới hội chợ bánh và dùng làm quà tặng cho các giáo viên trong nhiều năm). Cô dạy Wes cách làm bánh và cậu đã có một ổ bánh mỳ làm mẫu và đăng ký với trường học rồi gửi nó tại văn phòng trường. (Dĩ nhiên, cậu xin giấy phép từ hiệu trưởng trước). Ngày đầu tiên, cậu nhận được đơn hàng là 59 ổ bánh mỳ đen. (Đó là 10 mẻ bánh!) Mỗi buổi chiều cậu lại làm hai mẻ bánh mỳ đen (12 ổ), nhưng cậu vẫn tiếp tục mang nhiều đơn hàng về nhà mỗi ngày. Cậu quá tập trung vào thành công của mình và điều buồn cười là cậu cảm thấy khó ngưng lại khi nghe mẹ tuyên bố: "Không thêm nữa!" Wesley thỏa thuận để chị gái rửa bát cho cậu và lấy một phần lợi nhuận. Cuối cùng, cậu làm được khoảng 80 mẻ bánh mỳ, chỉ có một mẻ bị hỏng. Sau khi trả tiền nguyên liệu, cậu có đủ tiền

mua quà Giáng sinh cho em trai, ba chị gái, bố, mẹ và còn thừa tiền để mua một chiếc đồng hồ điện tử. Câu chuyện kinh doanh của cậu lên trang đầu của tờ báo địa phương - cậu thích sự nổi tiếng ấy. Vào năm 1980, cậu quyết định thử một dự án khác, còn Bonnie thì tiếp tục dạy đứa trẻ khác muốn có tiền mua quà Giáng sinh làm bánh mỳ, với giới hạn là 12 ổ mỗi lần.

Với mỗi khoản tiền kiếm được, hãy dạy bọn trẻ về niềm vui cho tặng. Nếu có thể cho, hãy cho một cách tự nguyện, và một lượng vừa đủ chính là thái độ mà hầu hết cha mẹ muốn dạy con mình. Vào dịp lễ hội, hãy cố gắng hoàn thành công việc của bạn sớm, để bạn có thời gian giúp bọn trẻ lên kế hoạch, kiếm tiền và mua các món quà tặng mọi người. Đừng tự mua quà cho con gái để tặng bố vào ngày sinh nhật. Niềm vui trong việc chọn quà và mua quà là bạn cùng con đi chọn lựa, dù nếu cô bé không thể giữ bí mật (về món quà cho tới phút chót).

Một đôi vợ chồng nọ mỗi năm đều quyên 10 đôla cho một bệnh viện nhi đã quyết định sẽ tạo cơ hội cho ba đứa con của mình có dịp kiếm tiền và tặng tiền. Họ đặt ba lọ đựng thức ăn trẻ em ở bếp, trên mỗi lọ đề tên mỗi đứa trẻ, và tìm cách để bọn trẻ có thể kiếm được 5-10 đôla cho vào chiếc lọ "đồng xu yêu thương" để dành cho những bệnh nhi có hoàn cảnh khó khăn. Bọn trẻ được trả tiền ngay vào cuối ngày, cho mỗi công việc làm thêm. Bọn trẻ thích nhìn những đồng xu mỗi ngày một nhiều lên, và đếm lại những đồng xu đó. Chúng cảm thấy mình trực tiếp tham gia vào việc mua các thiết bị và thuốc (cho các bạn nhỏ ở bệnh viện). Bằng cách làm này, trẻ nhỏ tự nhiên sẽ có một trái tim rộng lượng và thương yêu.

CON CÓ THỂ TRÔNG TRẺ TỐI NAY?

Nếu bạn quyết định để con mình làm công việc trông trẻ, hãy dạy chúng cách trông trẻ và giúp chúng hiểu trách nhiệm của công việc này. Các nhà thờ, trường học và trung tâm cộng đồng thường tổ chức những lớp dạy trông trẻ, các kỹ thuật, các cách thức chơi với trẻ. Nếu không có một lớp như vậy ở gần nhà, hãy tìm kiếm thông tin tại thư viện nơi bạn ở. Một lớp chăm sóc trẻ sẽ dạy con bạn cách làm hộp, cặp, hay túi đựng những vật nho nhỏ để chơi với trẻ: những bộ xếp hình bé, các trò chơi, một hai con rối, những cuốn sách. Laura là một cô bé thích trông trẻ đang tìm kiếm việc làm. Cô bé không dán mắt lên ti vi; cô nói chuyện với bọn trẻ và chơi với chúng. Trước khi rời nhà, cô nhặt một vài mô hình nhỏ, các băng đĩa, đồ chơi để mang tới cho bọn trẻ chơi. Một số thiếu niên, giống như Laura, có

bản năng tự nhiên như thế, những đứa khác thì phải học nếu chúng muốn làm người giữ trẻ. Cha mẹ có thể giúp đỡ con cái trong những công việc chuẩn bị như vậy.

Thêm một gợi ý nữa. Trong bộ dụng cụ trông trẻ của con bạn, có thể sẽ cần cả một tấm thẻ, hay các mẫu cần nhớ như mẫu dưới đây, để cho con bạn có thể gửi tờ giới thiệu tới các bậc cha mẹ có nhu cầu tìm người giữ trẻ. Không cần phải e ngại. Như là một người đi làm việc, con của bạn cần biết những chi tiết để có thể làm tốt công việc.

DỊCH VỤ TRÔNG TRẺ CỦA LAURA

Chúng tôi ở tại: ______________________

Điện thoại: ______________________

Chúng tôi sẽ có mặt ở nhà lúc: ______________________

Thời gian đi ngủ: ______________________

Tên của hàng xóm và số điện thoại trong trường hợp khẩn cấp: ______________________

Tên: ______________________

Số điện thoại: ______________________

Những hướng dẫn chi tiết khác: ______________________

____

____

Phí của chúng tôi là 1 đô/1 giờ và 1,5 đô/1 giờ sau nửa đêm.

Laura

LIỆU CON CÓ THỂ ĐI ĐƯA BÁO?

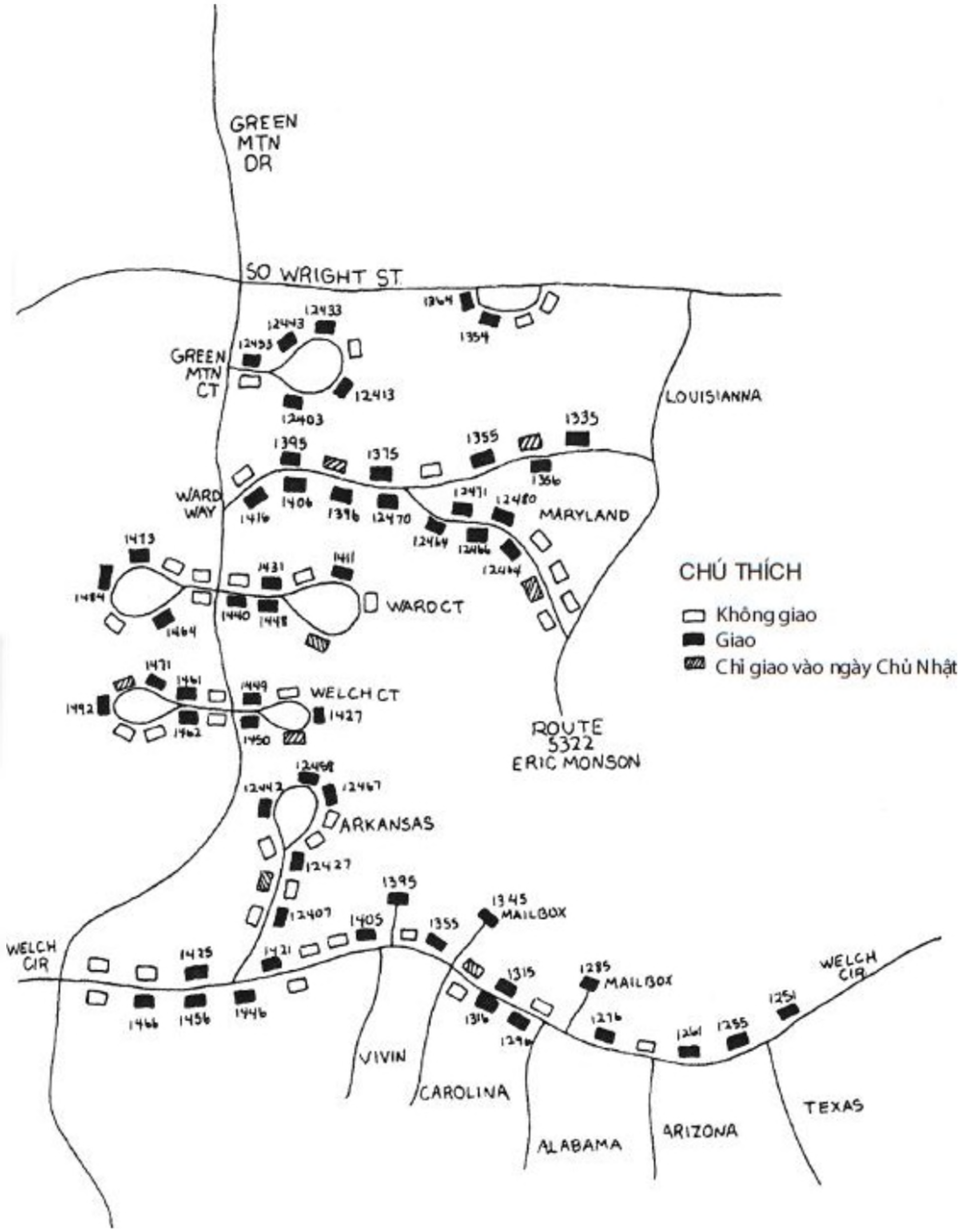
"Được, nhưng con phải tự lo liệu mọi việc. Mẹ không có thời gian xen vào đâu," là một câu trả lời thường hay được nghe thấy nhất. Khi bạn muốn con mình học đọc, liệu bạn có chỉ đặt cuốn sách xuống trước mặt con? Không. Bạn gửi con tới trường học. Không có nhiều giáo viên dạy việc đưa báo, nhưng cha mẹ có thể là gia sư cho công việc marketing và kỹ thuật thu tiền (báo). Dean, 12 tuổi, gập báo và đưa báo hàng ngày rất chăm chỉ, nhưng cậu ghét việc thu tiền. Người phụ trách khu vực nói: "Nếu không thu tiền, cậu ấy sẽ mất việc," đó là một kết quả tất yếu. Mất việc có thể dạy cho cậu bài học về thất bại, nhưng nếu cậu gặp vấn đề, những gì cậu học được chỉ là chạy trốn. Cha mẹ cậu quyết định sẽ giúp cậu vượt qua khó khăn trong việc thu tiền. Họ phát hiện ra lý do mà Dean ghét việc thu tiền là cậu bị một số người bất lịch sự dọa nạt. Không ai có bằng chứng, nhưng nếu có băng ghi lại, bạn sẽ thấy sự cáu bẳn của mấy người đó đã tới mức lỗ mãng. Cha mẹ cậu luyện tập cho cậu tại nhà, giả vờ tỏ ra lỗ mãng với cái cửa. Thỉnh thoảng họ còn đi cùng với cậu. Họ dạy Dean tỏ thái độ cương quyết, đứng vững cho lập trường của mình, nhưng vẫn lịch sự - những kỹ năng đáng giá ngay cả với người trưởng thành.

Cha mẹ của Eric Monson giúp cậu tổ chức lịch trình bằng cách vẽ ra một bản đồ chỉ rõ từng ngôi nhà trong khu vực cậu phụ trách. Họ lái xe trên chặng đường đó và vẽ sơ đồ từng ngôi nhà. Họ đánh dấu những ô màu đen để chỉ những nhà nhận báo hàng ngày, ô màu đỏ là chỉ những nhà nhận báo vào ngày Chủ nhật và ô không có màu là nhà không lấy báo. Bản đồ gốc được đặt vào trong một túi nhựa. Điều này giúp cho việc đưa báo dễ dàng. Mỗi tháng, Eric bỏ ra 10 xu để pho-to một bản và đánh dấu những nhà đã trả tiền rồi, cậu có thể thấy ngay nhà nào vẫn còn nợ.

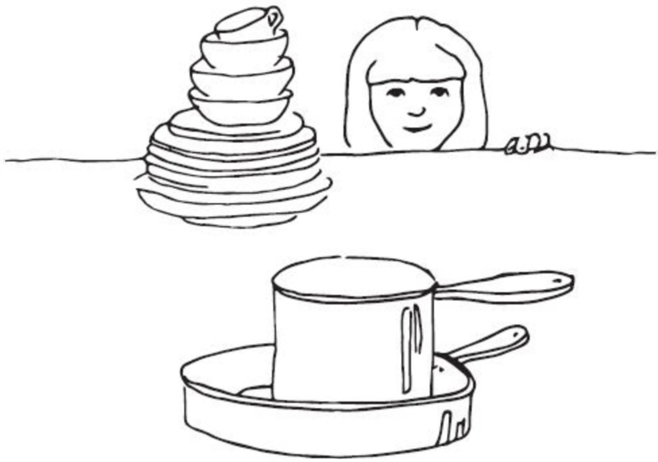
Kỹ thuật marketing cũng quan trọng. Eric thấy rằng tháng đầu tiên cậu có lộ trình này, cậu thu được 13 đôla, cao hơn lần đưa trước khi cậu chỉ đưa báo tới cổng. Cậu trả một đôla để gửi thẻ có đề chữ "Eric Monson, nhân viên đưa báo" với số điện thoại của cậu - một điểm nổi bật chuyên nghiệp khiến tên cậu trở nên khác biệt trong đống giấy tờ, hóa đơn. Cậu cũng trả một đôla mỗi giờ cho bạn của mình để cùng cậu đi thu tiền - giúp đỡ cậu và khiến công việc thu tiền an toàn và vui vẻ hơn.

Cha của Jamie, một người bán hàng chuyên nghiệp, đã giúp con trai viết thư giới thiệu khi cậu mới bắt đầu đi đưa báo. "Khi mọi người biết bạn,

họ sẽ quan tâm tới bạn nhiều hơn." Nó sẽ bắt đầu như thế này: "Xin chào. Cháu là Jamie, cháu chín tuổi. Cháu có bốn em gái và ba em trai. Cháu rất vui vì được phục vụ bác. Hãy gọi cho cháu nếu có vấn đề gì bác nhé. Lý do mà cháu đưa báo ở khu vực này là..." Bây giờ, khi cậu bé sắc sảo, với mái tóc đen và đôi mắt đen sáng, luôn mỉm cười, dừng lại ở cửa, họ đã biết cậu. Bước tiếp theo mà cha cậu dạy cậu: "Hãy nói với họ là con đang tới." Khi thời gian thu tiền tới, Jamie để một mẩu giấy hẹn kẹp cùng tờ báo với nội dung: "Cháu sẽ có mặt ở nhà bác từ khoảng 6h30 tới 8h để thu 5.50 đôla cho tờ *Rocky Mountain News* của tháng Tám." Ý tưởng này giúp vượt qua được một vài rắc rối về việc đổi tiền "chú/ cô/ bác không có tiền lẻ tối nay". Sau lần thứ hai cậu CHÚ THÍCH Không giao Giao Chỉ giao vào ngày Chủ Nhật cố gắng tới thu tiền mà lại không có ai ở nhà, cậu sẽ để lại một phong thư kèm địa chỉ và một lời đề nghị họ chuyển tiền bằng thư tới cho cậu. Người lớn khi chuyển báo tại một khu vực rộng lớn với hàng trăm tờ báo thường chỉ để lại một phong bì với tờ báo vào cuối tháng và chờ đợi tiền sẽ được gửi tới như mọi thư từ khác.



Thật tốt khi có một công việc thường xuyên, ổn định và mình làm tốt. Bóng bàn, bơi lội, và những môn vận động khác giúp phát triển các kỹ năng và kỷ luật, nhưng các môn này không dạy về trách nhiệm cá nhân theo cách của một công việc cụ thể. Bọn trẻ cần học cách để thành công trong công việc.



CHƯƠNG II
Đánh giá

"Tại sao bọn trẻ nhà tôi lại không chịu làm việc vặt được phân công? Phòng ngủ của chúng luôn là một đống lộn xộn." Hãy dành thời gian bây giờ để đánh giá, trước khi bạn lập kế hoạch cho chiến lược dạy con làm việc nhà sắp tới. Có thể bạn đòi hỏi quá nhiều và điều đó vượt quá khả năng của trẻ. Có thể bọn trẻ không hiểu công việc được phân công và cần phải được hướng dẫn lại. Có thể có điều gì đó không ổn với cách tiếp cận của cha mẹ hay là các kỹ thuật mà cha mẹ hướng dẫn. Thỉnh thoảng những phần thưởng, sự động viên hay hình phạt cần được sáng tạo để thúc đẩy sự hoàn thiện.

Vấn đề có thể nằm ở công việc, sự sắp xếp, hoặc ở đứa trẻ hoặc ở chính cha mẹ. Hãy quan sát thật cẩn thận. Phân tích tình huống. Suy nghĩ về những giải pháp có thể - sẽ có ích nếu viết chúng ra để bạn có thể quyết

định hợp lý. Sau đó hãy lên một kế hoạch mới. Lý do cuốn sách này được viết ra là để cung cấp thêm nhiều ý tưởng, từ đó bạn lựa chọn hay dùng trí tưởng tượng của mình để tìm ra những cách tiếp cận công việc này từ một góc nhìn mới mẻ. Hầu hết việc nuôi dạy con là một hoạt động hướng dẫn trên thực tế. Chúng ta học hỏi khi làm việc. Cách mà chúng ta phản ứng với những nỗ lực đầu tiên của trẻ để làm một việc gì đó có thể là chìa khóa cho những gì mà chúng cố gắng lần sau, nản lòng, bỏ qua khi đang làm dở việc, hoặc bỏ hẳn không làm nữa. Hãy cùng chúng tôi xem xét một lượt các câu hỏi kiểm tra để làm rõ nguyên nhân và hiện tượng của những vấn đề này, từ đó bạn có thể tiếp tục chương trình huấn luyện.

Liệu các tiêu chuẩn có rõ ràng? Sally, 12 tuổi, muốn biết chính xác việc cần làm. Làm sạch nhà tắm liệu có bao gồm cả việc quét sàn nhà và rũ thảm nữa không? Khi bố cô bé đi kiểm tra xem nhà tắm có sạch không, Sally muốn nói: "Vâng, con đã làm sạch như bố mẹ yêu cầu, thậm chí là quét cả sàn nữa đấy ạ." Đặt ra một tiêu chuẩn vệ sinh rõ ràng bằng cách dán một tấm bảng chỉ dẫn mô tả về vệ sinh vào trong danh mục công việc hàng ngày và hàng tuần cho một phòng cụ thể hay một công việc cụ thể, cho trẻ cơ hội được so sánh công việc do trẻ hoàn thành với tiêu chuẩn, ngay cả khi bố mẹ không ở nhà. Những ví dụ cụ thể về thẻ công việc có thể tìm thấy ở trang 86.

Trẻ cần hiểu rõ:

1. Quy định hay mong muốn của bạn về công việc đó.
2. Những thuận lợi và hậu quả nếu điều đó không được hoàn thành.
3. Trẻ có thể lựa chọn giữa phần thưởng và hình phạt.
4. Chính xác đâu là lựa chọn mà cha mẹ muốn trẻ thực hiện.

Liệu trẻ có thể đảm nhận được công việc đó không? Nếu trẻ không thể làm được công việc mà bạn muốn, có ba lựa chọn:

1. Khiến công việc dễ dàng hơn hoặc hạ thấp tiêu chuẩn xuống.
2. Thay đổi hoàn toàn công việc.

3. Hướng dẫn lại và tạo cơ hội luyện tập cho trẻ.

Thủ thuật đánh giá cách tiếp cận việc huấn luyện phải thật khách quan, không kèm theo cảm xúc - đặc biệt là những cảm xúc tiêu cực như là giận dữ hay tức tối.

Nếu bạn thấy trẻ không thể đảm nhận được công việc, đừng ngần ngại thay đổi. Dwight, 6 tuổi, muốn tưới cây cảnh trồng trong nhà, mẹ cậu quyết định để cậu thử. Bà mẹ cẩn thận đánh dấu các ngày tưới cây vào trong một tấm bảng và chỉ cho cậu bao nhiêu nước cần cho mỗi loại cây. Nhưng Dwight thích tưới quá nhiều lần khiến cho cây bị úng. Cậu bé còn quá nhỏ để đảm nhận được trách nhiệm này. Để dàn xếp, mẹ cho cậu bé cơ hội trở thành một "Người phun nước cho sân". Được rửa sân với một cái vòi nước mỗi tuần một lần cũng rất thú vị nên cậu đã tự nguyện trả cho mẹ công việc tưới cây.

Để trẻ thay đổi, thỉnh thoảng cha mẹ cũng phải thay đổi hành vi của mình. Một người huấn luyện ngựa có thể dạy một con ngựa thành công rồi giao lại cho chủ của nó, ba tuần sau, tất cả những sự huấn luyện trước đó bằng không. Người chủ đã hiểu sai những dấu hiệu mà con ngựa gửi tới anh ta. Bọn trẻ cũng cảm nhận được sự mong đợi của chúng ta và biết liệu ý chúng ta có như những gì chúng ta nói hay không. Nếu chúng ta nghĩ về những yêu cầu của mình, khiến cho các yêu cầu đó hợp lý và công bằng, rồi có hình phạt thích hợp, bọn trẻ sẽ nghiêm túc thực hiện theo.

Liệu bạn có dành thời gian để kiểm tra? Kiểm tra sau khi trẻ thông báo là đã hoàn thành công việc không có nghĩa là bạn không tin trẻ; mà đây là thời điểm bạn đánh giá kết quả công việc trẻ đã làm và những nỗ lực mà trẻ đã bỏ ra trong suốt quá trình làm việc.

- Dành thời gian kiểm tra cho bạn cơ hội để đưa ra những lời khen tặng và những nhận xét tích cực.
- Dành thời gian kiểm tra giúp bạn có cơ hội tạo thói quen làm việc cẩn thận cho trẻ.
- Dành thời gian kiểm tra có thể phá vỡ được vòng tròn của trò trì hoãn công việc (của trẻ).

Điều này không có nghĩa bạn phải kiểm tra từng công việc mà trẻ làm.

Một công việc được hoàn thành đúng cách sau nhiều lần, một câu hỏi đơn giản về việc hoàn thành việc ấy như thế nào có thể xây dựng sự chính trực. Trẻ nói: "Con đã làm việc đó!" và bạn chấp nhận câu trả lời. Khi kiểm tra công việc của trẻ, những gợi ý sau sẽ giúp bạn:

1. Tránh phá vỡ bầu không khí. Bạn có thể lờ đi hàng đống quần áo trên giường của John nếu bạn cậu bé đang đợi ở cửa và cậu đã dành cả nửa giờ để thu dọn và làm phẳng ga trải giường.

2. Ngưng ngay việc kiểm tra khi bạn đang bực dọc. Cha mẹ trong tâm trạng bực bội có thể sẽ chỉ trích quá lời và nhanh chóng tìm ra lỗi sai của trẻ.

3. Cho trẻ thời gian chơi. Khi công việc hoàn thành, đôi khi một khoảng nghỉ giải lao trước khi sửa lỗi có thể giúp giảm căng thẳng. Ngay cả khi công việc chưa hoàn thành, bọn trẻ cũng cần có thời gian nghỉ ngơi. Trường học là công việc của bọn trẻ và chúng cần thời gian nghỉ để lấy lại sức sau "công việc".

4. Đánh giá kết quả công việc của trẻ dựa trên nguyên tắc của điều kiện phòng ốc trước khi công việc bắt đầu, hơn là đánh giá vào những gì chưa làm được. Nếu phòng khách lộn xộn với báo, đồ chơi, sách vở, xem xét rằng những vật đó đã được dọn gọn gàng, chứ không phải là đệm ở ghế sofa bị xô lệch.

5. Tránh xa những từ như luôn luôn, không bao giờ, và mỗi lần. Cũng cần tránh nhắc lại những khuyết điểm quá khứ như: "Con luôn luôn quên dọn giường!" hay là: "Con chưa bao giờ mắc áo khoác của con lên giá!". Thay vào đó, chỉ tập trung và thảo luận về công việc đã được phân công.

Bạn có đang luyện tập để giữ bình tĩnh? Nếu vậy, trẻ rất muốn biết mình cần phải làm gì tiếp theo, hoặc là được cha mẹ nói cho biết những việc trẻ đang làm không phải là những gì mà trẻ cần làm. Tại Berlin, một giáo viên mầm non có một nửa số học sinh là người Đức, nửa còn lại là người Mỹ, quan sát thấy trẻ em Đức cần nhiều thời gian để phát triển khả năng tự chủ tốt hơn trẻ em Mỹ. Cô cảm thấy điều này vì sự khác biệt giữa cấu trúc khắt khe và mạnh mẽ trong nhiều gia đình Đức so với những gia đình ít tính kỷ luật hơn của người Mỹ.

Shauna khá thất vọng khi thấy cậu con trai bảy tuổi của mình là một đứa trẻ lười biếng, lề mề. Đối với cậu bé, đi tất phải mất 20 phút. Shauna luôn đứng đằng sau giục cậu: "Nhanh lên, con bị muộn rồi. Hãy mặc áo vào ngay và sau đó là quần jean." "Đừng quên dọn giường của con nhé!" "Nhanh lên nào, tới giờ ăn rồi con!" Phòng ngủ của Lynn có hai cửa, một cửa mở ra hướng về phía nhà bếp, khiến mỗi cử động của cậu đều không lọt qua mắt của mẹ khi cô chuẩn bị bữa sáng, và cô lợi dụng việc này để luôn thúc giục cậu. Trong một cuộc trao đổi với cha mẹ, giáo viên của Lynn thông báo rằng, cậu cần phải chịu trách nhiệm nhiều hơn để hoàn thành bài tập tại trường đúng giờ. Điều này gợi ý cho mẹ cậu một ý tưởng sắp đặt lại phòng ngủ của Lynn để giúp cậu có trách nhiệm hơn ở nhà. Cửa hướng ra bếp được đóng lại bằng cách di chuyển đồ đạc. Vì Lynn không muốn bỏ bữa sáng hay bị muộn giờ tới trường nên cậu phải có trách nhiệm hơn, cậu cố gắng đúng giờ mà không cần sự thúc giục của mẹ nữa. Hãy để trẻ đưa ra càng nhiều sự lựa chọn cho bản thân càng tốt và để cậu tự giải quyết các công việc của chính mình.

Liệu trẻ có nhận thấy sự lộn xộn? Làm thế nào để chúng ta có thể hướng dẫn trẻ trở nên có trách nhiệm với đồ dùng cá nhân của mình? Liệu chúng có thấy cuốn sách bị rơi trên sàn và cần phải đặt vào giá sách? Một người mẹ giận dữ đặt một chiếc ghế ăn ở ngay giữa lối đi tới phòng ngủ của cô con gái. Cô tự nhủ: "Tôi cá nó và Tammy (bạn của con gái tôi) sẽ không nghĩ tới việc di chuyển nó ra khỏi lối đi." Chắc chắn như vậy, chúng chơi với nhau, ăn tối, thay đồ ngủ, ăn bắp rang, và nghe nhạc, ở trong và ngoài phòng suốt đêm, nhưng không hề nhận thấy cái ghế và di chuyển ghế, thậm chí là dịch chiếc ghế sang một bên. Chúng trèo lên ghế và chạy vòng quanh chiếc ghế cả tối đó. Bởi vì nhìn thấy rác và sự lộn xộn là một kỹ năng thường xuyên phải được huấn luyện, cũng giống như việc buộc dây giày, nó phải được hướng dẫn, huấn luyện, luyện tập và nhắc lại.

Liệu trẻ có bướng bỉnh? Robert L. DeBurn gợi ý rằng có ba cản trở trong việc dạy trẻ: dựng lên một chứng cớ (kiếm cớ), phản đối và phàn nàn. Có thể sẽ tốt nếu hiểu rõ những rào chắn trước khi quyết định lựa chọn cách nào: giảm yêu cầu, thay đổi công việc, hay là cần phải luyện tập thêm.

Đứa trẻ thường lấy cớ sẽ hay phản ứng: "Con không có thời gian để dọn giường" hay là "Con sẽ dọn sạch nhà tắm vào ngày mai." Nếu công việc đó cần phải được làm, bạn có thể đáp lại là: "Chúng ta sẽ cùng chờ bữa sáng trong khi con dọn giường" hay "Con có thể làm sạch nhà tắm lúc tivi chiếu

phim tối nay." Một đứa trẻ hay kiếm cớ trốn việc thường thể hiện sự thiếu nhiệt tình và cần sự thấu hiểu của bạn, nếu bạn muốn lấy lại hứng thú của trẻ. Hãy cố gắng xử sự thật bình tĩnh, nhưng có giải pháp ngay, và sau đó dành thời gian để thảo luận thật cởi mở về lý do thực sự đằng sau việc kiếm cớ ấy. Liệu trẻ có cảm thấy công việc được phân công quá nặng? Liệu có sức ép bất ngờ nào đó ở trường? Liệu một công việc nhiều trách nhiệm hơn có mang lại hứng thú và ý nghĩa?

Trẻ con có thể cảm thấy sức ép to lớn từ bài tập ở trường, thầy cô giáo, bạn bè và đội nhóm. Con gái Sue của tôi nhớ rằng một thầy giáo dạy khoa học đã bực bội vì những dự án nhóm luôn bị trễ. Thầy muốn cô bé phải chuẩn bị mọi thứ cho giờ học của thầy, và cố tình phân rất nhiều bài tập khó trùng với thời gian diễn ra lễ hội âm nhạc và hòa nhạc. Nếu tình trạng tương tự cũng xảy ra ở nhà sẽ chỉ dẫn tới những mối bất hòa trong gia đình. Hãy cố gắng hiểu nguyên nhân của những lời kiếm cớ của trẻ. Lựa chọn tốt nhất sẽ giống như điều chỉnh hay thay đổi công việc, hơn là cố tình ép trẻ làm công việc đã phân công đó.

Trẻ kiếm cớ hoặc chống lại các công việc được phân công để gây chú ý nhiều hơn từ cha mẹ, nhiều sự trợ giúp trong công việc, hay nhiều thời gian hơn để hoàn thành công việc đó. "Nhưng con không thể làm được." "Nhưng con phải tập piano bây giờ." "Nhưng Tom đang đến. Con không thể làm được." Lời phản đối có thể có giá trị. Hãy lắng nghe thật cẩn thận và sau đó điều chỉnh theo. Thật dễ để biến lời bào chữa thành một lý lẽ, vì thế hãy tránh điều này bằng cách đòi hỏi con bạn giải thích rõ ràng hơn. Nếu lời bào chữa cho thấy sự xúc động mạnh, an ủi trẻ một cách nhẹ nhàng. Tạo sự tin tưởng, và khen ngợi trẻ về những điểm tốt (chắc chắn trẻ phải có một vài điểm tốt) và sau đó thuyết phục rằng công việc đó cần phải được hoàn thành.

Kỹ thuật "băng rè" có thể được áp dụng với trẻ khi chúng không chịu làm công việc được phân công. Bạn có thể chịu được bao lâu một cuộn băng xước hát đi hát lại một câu hát "tình yêu sẽ, tình yêu sẽ, tình yêu sẽ, tình yêu sẽ☐"? Giải pháp ở đây là bỏ qua chỗ đó và nghe phần còn lại của bài hát. Bạn có thể sử dụng kỹ thuật "băng rè" đó với con của mình. Camille không chịu rửa bát cả ngày, thay vào đó cô bé nhồm nhoàm nhai bánh, nói chuyện với bạn qua điện thoại, và đọc một cuốn sách yêu thích. 4 giờ chiều, mẹ cô bé biết nhà bếp cần phải được dọn sạch để chuẩn bị bữa tối vào lúc 5 giờ. Mẹ nói, "Camille, hãy rửa bát ngay!" Camille đáp lại với một lời bào

chữa và một ánh mắt như thể nói: "Ai, con á!" Mẹ cô nhắc lại rất rõ ràng và bình thản: "Camille, hãy rửa bát ngay!" Sau nhiều lần lặp đi lặp lại, Camille quyết định sẽ rửa bát thay vì tiếp tục phải nghe những lời yêu cầu, vì thế đã dừng được "băng rè". Biện pháp này đòi hỏi một mệnh lệnh bình tĩnh, chắc chắn và không cảm xúc từ phía cha mẹ, với một yêu cầu rõ ràng, trực tiếp, đơn giản về những gì cần phải làm. Một khi đoạn băng rè đã qua, hãy đưa ra lời khuyến khích động viên khi công việc tiến triển tốt và khen ngợi khi công việc hoàn thành. Sử dụng biện pháp này khi một tình huống không thể đừng được nữa và cần phải trực tiếp yêu cầu [trẻ]. "Băng rè" không giống như lời ca thán. Ca thán sẽ liên quan tới việc tìm lỗi và liên tục nhắc đi nhắc lại sự việc và có thể kéo dài cả ngày. "Băng rè" chỉ ứng dụng cho hành động tức thì. Một khi hành động đã đạt được, hãy cất băng đi và thay đổi giọng nói sang tông khen ngợi và khuyến khích.

Trẻ hay phàn nàn là khó trị và gây phiền hà nhiều nhất. Bởi vì một lời phàn nàn có lý thì đe dọa cái tôi của cha mẹ. "Con phải làm nhiều việc hơn bất cứ người bạn nào của con?" "Tại sao Mary không làm việc này thay con? Như thế là không công bằng!" Trẻ phàn nàn thường hay thất vọng, nhưng không phải thường thất vọng về những gì chúng đang phàn nàn. Michelle có thể phàn nàn về việc rửa bát nhưng lại thất vọng về điểm thi môn lịch sử thấp. Lắng nghe trẻ có thể giúp làm rõ tình huống hay là lời phàn nàn mơ hồ. Napoleon nói: "Khi mọi người ngưng phàn nàn, họ ngưng suy nghĩ." Nếu lời phàn nàn được chứng minh bằng sự thật, hãy chỉnh sửa kịp thời và đừng sợ phải thú nhận rằng bạn đã sai.

Ngay cả người lớn cũng sử dụng cớ, lời phản đối và phàn nàn để trì hoãn làm một việc không thú vị. Bạn có thể dạy trẻ và chúng có thể học hỏi được nhiều bằng việc bạn hiểu lý do mà chúng đưa ra để không làm một việc đã được phân công.

Liệu con bạn có trì hoãn công việc? Một số sự trì hoãn công việc dường như bình thường giữa chúng ta. Mẹo ở đây là phải ngăn việc trì hoãn biến thành một thói quen. Để làm được việc đó, hãy học cách nhận ra các hiện tượng, nguyên nhân có thể, và rồi tập trung vào một số giải pháp để ngăn chặn xu hướng trì hoãn.

Đứa trẻ hay trì hoãn thường:

- Lần lữa công việc hay nhiệm vụ.

- Chậm chạp trong hoàn thành bất cứ công việc nào.
- Bỏ dở giữa chừng công việc. y Quá cẩn thận và tỉ mỉ.
- Chờ đợi sự giúp đỡ.
- Đưa ra quá nhiều lời biện hộ.
- Thiếu tập trung khi làm việc
- Thiếu nhiệt tình
- Luôn tìm cách ra khỏi nhà để né tránh các công việc nhà được phân công.

Các lý do trì hoãn:

- Không muốn làm vì công việc quá khó.
- Cha mẹ mong đợi sự hoàn hảo.
- Sợ thất bại.
- Có quá nhiều lần thất bại và quá ít thành công.
- Có thể chán vì công việc quá dễ.
- Không làm việc đó bởi vì lần gần đây nhất làm việc ấy mà không được trả tiền.
- Sức khỏe hay thể chất không đáp ứng được.
- Che giấu sự không hiểu biết/ Giấu dốt.
- Xem tivi quá nhiều.
- Yêu cầu của cha mẹ thay đổi liên tục: hai giờ làm việc hôm nay và không làm gì vào ngày mai.

Các giải pháp có thể sử dụng:

- Khen ngợi khi con có nỗ lực tích cực.

- Giúp trẻ phát triển các kỹ năng thông qua thành công.
- Thiết lập các công việc hàng ngày với bảng công việc nhà.
- Cho trẻ được làm một vài điều đặc biệt.
- Tìm hiểu xem có phải đó là do những vấn đề sức khỏe hay thể chất ảnh hưởng đến trẻ không.
- Điều chỉnh công việc phù hợp với trẻ.
- Gần gũi quan sát khi trẻ bắt đầu công việc.
- Thuyết phục trẻ làm cho tới khi công việc hoàn thành.
- Ghi nhận thời gian hoàn thành công việc và thúc đẩy trẻ hoàn thành công việc sớm hơn thời gian dự tính.
- Thỉnh thoảng đưa ra những lời nhận xét vui vẻ.

Liệu có nên đặt thời gian cho công việc? Liệu lịch trình có khác nhau giữa các ngày? Liệu bọn trẻ có được trông đợi là làm một số việc ngày hôm nay và chẳng có việc gì ngày mai? Một lịch trình đơn giản với thời gian ăn uống và ngủ giúp trẻ có một thời gian biểu khoa học. Liệu các công việc có làm trước thời gian được hay là chúng được làm sát nút giờ quy định? Liệu trẻ được đối xử như một người làm công có giá trị hay một nô lệ? Liệu bạn có chờ đợi quá nhiều ở trẻ? Liệu có vấn đề gì với công việc không? Nó có quá khó? Nó có quá lớn hay là liệu nó có chiếm quá nhiều thời gian của trẻ? Không ai hoàn hảo; chúng ta không thể chờ đợi điều ấy ở trẻ. Liệu bạn có đối xử với trẻ với sự đồng cảm thấu hiểu như bạn đối với trẻ con hàng xóm không? Hãy nhớ rằng những đứa trẻ bình thường có thể giữ phòng chúng sạch hơn cha mẹ giữ ga-ra.

Liệu có sự cạnh tranh bên ngoài từ bạn bè, tivi hay là sách vở? Ngay cả khi đó là những thứ tốt, chúng cần phải có quy định để giữ cuộc sống của trẻ cân bằng. Bọn trẻ nhà bạn sẽ cần thời gian để làm việc mà không có bạn bè ở bên cạnh, và bạn cần vài cách để quy định việc này. Thỉnh thoảng những đứa trẻ hàng xóm hay bạn bè của con bạn sẽ gây rắc rối, không chỉ bởi sự có mặt của chúng, mà còn bởi thói quen chơi của chúng nữa. Những đứa trẻ này có thể phát hiện ra cách mới lạ để khám phá đồ chơi, tủ đựng đồ, ngăn kéo, kéo tung mọi thứ và tạo thành một đống

hỗn độn ở nhà bạn. Trong trường hợp này, bạn cần phải hướng dẫn chúng chỉ được chơi trong khu vực quy định. Thu xếp thời gian dọn dẹp trước khi chúng tới nhà bạn chơi để giúp chúng nhận ra hậu quả của việc quá tò mò. Người lớn đôi khi cũng cần giúp bọn trẻ hiểu rõ trách nhiệm khi trẻ gây ra đống lộn xộn ấy, để tránh tạo ra một sự giận dữ bực bội từ chính con của bạn.

Bonnie phát hiện ra rằng đứa con nhỏ nhất của cô hay gây sự và tạo ra cạnh tranh trong công việc nhà. Cậu bé làm mọi thứ tưởng tượng ra để khiến các anh chị trong nhà tham gia vào công việc với mình. Khi cậu còn nhỏ chưa làm được việc nhà, Bonnie cho cậu tắm trong bồn với rất nhiều đồ chơi để giữ cho cậu bận rộn trong khi các anh chị khác làm việc. Khi cậu được bốn tuổi, giải pháp tốt nhất là giao công việc cho cậu, vì thế cậu cảm thấy mình là một thành viên của gia đình.

Bởi vì xem tivi là một hoạt động thụ động, nó làm chậm quá trình học tập, cản trở sự sáng tạo và là nguyên nhân khiến trẻ trở nên quá khích. Đúng là trẻ có thể học được nhiều kiến thức thông qua tivi nhưng vì đây là hoạt động thụ động nên trẻ sẽ học được ít hơn nhiều so với việc tham gia trực tiếp. Các con số thống kê chỉ ra rằng trẻ con xem tivi từ bốn giờ trở lên trong một ngày có chỉ số IQ thấp hơn những trẻ xem tivi dưới mức này. Tivi can thiệp vào công việc bằng cách khiến trẻ không quan tâm tới khung cảnh xung quanh. Chúng không để ý tới những việc mà mình cần làm. Hãy cố gắng tắt tivi trong vài ngày. Sau khi những hiện tượng như vậy giảm dần, bọn trẻ sẽ bắt đầu các hoạt động khác cho bản thân và phát triển các mối quan hệ với mọi người tốt hơn. Chúng sẽ trở nên có trách nhiệm hơn trong việc giải trí thay vì cứ chán là bật tivi lên. Hầu hết các gia đình đều có ti vi, nhưng họ sẽ được lợi nhiều hơn nếu cắt giảm giờ xem ti vi.

Tùy thuộc vào từng loại, sách có thể là một thứ tương tự như ti vi. Sau khi đọc xong một cuốn tiểu thuyết tình cảm, người đọc sẽ có cảm giác trầm lặng, cần có một sự điều chỉnh trở lại với thế giới thực. Thông thường đôi khi sẽ xuất hiện sự thất vọng, chán nản, khiến cho trẻ khó mà bắt đầu trở lại với công việc hoặc bài tập. Đọc truyện cũng có thể là một cách trốn tránh và phương cách để trì hoãn, ngăn trở các mối quan hệ lành mạnh.

Liệu có thời gian điều chỉnh cho trẻ? Bạn có từng đọc những bài báo nói rằng, "cha mẹ cần có thời gian để giảm bớt sức ép khi họ từ cơ quan về nhà để thích nghi với sự thay đổi trong môi trường?" Trẻ con, cũng

như người lớn, cần có những điều chỉnh. Sau giờ ở trường hay khi trở về từ nhà ông bà, hay từ tiệc sinh nhật, trẻ đều cần điều chỉnh để thích nghi. Một bà mẹ nói: "Bọn trẻ nhà tôi thường gặp vấn đề khi trở lại với lịch sinh hoạt thường ngày sau chương trình chiếu phim hoạt hình buổi sáng thứ Bảy kết thúc." Một bà mẹ khác thì thấy rằng nếu cô đọc cho đứa con trai 2 tuổi của mình nghe một câu chuyện mà cậu bé thích hay là đi dạo một lát với cậu, sau đó cậu bé sẽ tự chơi trong khi cô chuẩn bị bữa tối.

Nhu cầu về thời gian cho sự điều chỉnh này có thể là một thói quen uống sữa và ăn nhẹ sau giờ ở trường. Một cậu bé tuổi vị thành niên và cha mẹ đồng ý về dấu hiệu bằng tay được sử dụng khi căng thẳng xuất hiện - một dấu hiệu ngầm nói "hãy để con điều chỉnh một chút". Cha mẹ cần nhận thấy được điều này và điều chỉnh những mệnh lệnh của mình vào khoảng thời gian này.

Liệu bạn có phải cạnh tranh với người vợ/chồng cũ của bạn đời hay cặp cha mẹ khác? Trẻ em có cha mẹ ly dị thường thích thú khi thấy người mới của cha/ mẹ không bắt chúng làm việc hay giữ kỷ luật nghiêm với chúng. Chúng tôi không có câu trả lời cho vấn đề này, nhưng biết rằng chúng tồn tại. Ngay cả những trẻ em có cha mẹ ruột sống cùng vẫn thích thú khi các cha/mẹ khác đối xử với chúng tốt hơn. Bạn đã từng nghĩ rằng những đứa con của ai đó ứng xử tốt hơn con của bạn? Đôi khi chính chúng ta còn cạnh tranh với một hình ảnh về các cha mẹ dạy con cái họ thế nào để trở thành người thành công và trách nhiệm.

Liệu cha/mẹ có đang gặp khó khăn? Bạn đang chịu sức ép? Bạn có hy vọng trẻ sẽ gánh vác phần việc quá tải của bạn không? Tránh thảo luận điều này với trẻ khi cả hai đang mệt mỏi (sau 10 giờ tối), hay đang đói bụng (giờ ăn), hoặc là đang ốm. Khi cha mẹ đang bị căng thẳng, có thể cần phải đánh giá lại các mục tiêu ưu tiên, và ngưng lại hoặc giảm bớt các việc ít quan trọng. Một bà mẹ, vừa mới nhận thêm công việc ở bên ngoài, cảm thấy gia đình mình sẽ thất vọng nếu họ không có bánh hoa quả và sô-cô-la cho những kỳ nghỉ sắp tới như trước đây. Khi hỏi bọn trẻ, cô ngạc nhiên vì chúng rất thích làm bỏng ngô caramen và bữa tiệc có các loại bánh mỳ nướng pretzel(1), ngũ cốc và các loại hạt ngũ cốc ăn liền. Và những loại này thì rất dễ làm.

Khi cha mẹ trải qua thời kỳ căng thẳng, bọn trẻ không phải lúc nào cũng sẵn lòng giúp đỡ và tỏ ra hiểu biết. Chúng ta thường nhìn lại quá khứ

với cặp kính màu hồng và đưa ra một kết luận là trong quá khứ cha mẹ và con cái thường cùng giúp đỡ nhau vượt qua khó khăn. Chúng ta nhìn vào một vài trường hợp tiêu biểu được khắc họa trong phim ảnh, nhưng điều đó không phản ánh tất cả. Thông thường khi cha mẹ ly hôn, mất việc, hay ốm nặng, bọn trẻ không thể nào xoay xở được. Nếu điều đó xảy ra, hãy đối mặt và tìm kiếm sự giúp đỡ trong gia đình bạn, nhà thờ, trường học, các nhóm trợ giúp, và những dịch vụ tư vấn chuyên nghiệp.

Những gia đình có mẹ đi làm cả ngày (phổ biến ở Việt Nam) thường phải chịu nhiều sức ép tại công ty. Nếu trẻ ở trung tâm chăm sóc ban ngày (nhà trẻ) cả ngày trong khi mẹ đi làm, nhà cửa lúc đi cũng sẽ nguyên hiện trạng như lúc về, nhưng nếu trẻ ở nhà cho tới tuổi tới trường, thì điều đó không còn đúng nữa. Bà mẹ đi làm cả ngày ấy phải thường xuyên để mắt tới việc giữ những thứ thiết yếu trong tầm kiểm soát và không để mọi thứ lộn xộn bởi vì thời gian của cô rất hạn chế. Các nghiên cứu chỉ ra rằng phụ nữ đi làm dọn dẹp nhà cửa ít hơn nhiều phụ nữ ở nhà làm nội trợ. Một lý do nữa là cô ấy sẽ tham dự vào nhiều dự án hơn. Dù mẹ đi làm hay ở nhà, trẻ vẫn cần phải học hỏi bằng cách làm việc nhà.

Nếu các bà mẹ đi làm cả ngày sẵn lòng để người khác giúp mình làm việc nhà, các nguyên tắc cũng như mẹo vặt để khiến trẻ làm việc nhà sẽ rất có ích. Nhiều người đã thành công trong việc tạo ra một "gia đình lao động", hơn là chỉ có cha mẹ lao động. Bạn có thể ngạc nhiên về cách mà bọn trẻ làm việc. Khi Beverly đi làm cả ngày, cô chuyển hầu hết công việc lau dọn nhà, dọn dẹp đồ đạc cho bọn trẻ và cô chỉ làm một chút những công việc lau dọn khó mỗi tối mà thôi. Một số gia đình chia nhỏ công việc, bao gồm việc nấu ăn, thành một danh sách theo số thành viên trong gia đình, và phân công lần lượt theo từng tuần. Việc này thành công là nhờ tất cả các thành viên đều có khả năng tương đương nhau - có thể tất cả đều từ 10 tuổi trở lên. Mary Jane yêu cầu mỗi con đều phải dành ra một tiếng lau dọn nhà cửa vào thứ Bảy, bên cạnh việc phải dọn phòng riêng của chúng. Như vậy là đủ để giữ cho ngôi nhà sạch sẽ, và không ai phải gánh vác việc dọn dẹp nhà cả tuần. Những gia đình có tinh thần hợp tác như vậy thường gần gũi nhau và phát triển một sự phụ thuộc lành mạnh giữa các thành viên trong gia đình.

Với gia đình có cả hai cha mẹ đều đi làm, sẽ có thêm một khoản tiền dư và chúng ta có thể thuê người để làm một phần công việc dọn dẹp nhà cửa. Một số trẻ có thể có lập luận: "Nếu nhà mình có tiền thuê người dọn vệ

sinh, mình sẽ có thêm thời gian chăm sóc nhà cửa để giữ nó luôn sạch sẽ," trong khi số khác thì sẽ có cách tiếp cận kiểu "khách sạn" và từ chối mọi công việc dọn dẹp trong nhà vì cho rằng đó là việc của "người giúp việc". Một số cha mẹ đồng ý trả tiền cho bọn trẻ dọn nhà hơn là trả tiền thuê người, trao cho bọn trẻ trách nhiệm và cơ hội kiếm tiền.

Nếu bố mẹ phải đi làm cả ngày để nhà cửa ngăn nắp, hãy trung thành giữ vững các quy định cơ bản, việc dọn dẹp, các bữa ăn, rửa bát, và giặt giũ, và đạt được sự hợp tác từ bọn trẻ. Một nỗ lực được kết hợp dưới đây có thể có ích cho bạn:

1. Gọn gàng là luật chung. Việc giữ gìn nhà cửa sạch sẽ thì nên thoải mái, nhưng việc vứt đồ đạc và rác rưởi bừa bãi là không chấp nhận được.

2. Thiết lập một lịch trình lau dọn thường kỳ để giữ mọi thứ sạch sẽ.

3. Đảm bảo các phân công công việc rõ ràng, có đầy đủ tên người thực hiện, thời gian và cách thức thực hiện.

4. Làm đơn giản hóa việc dọn nhà bằng cách sắp đặt mọi thứ vào đúng vị trí của chúng, chỉ giữ đồ dùng được, những thứ không cần thiết phải bỏ đi.

Bạn có hay cáu giận không? Thỉnh thoảng khi bạn thử hết cả trăm cách nhưng bọn trẻ vẫn chẳng làm việc. Chúng cảm thấy mình đang làm tất cả những gì cần thiết, và bạn thì lại cảm thấy chúng quá lười biếng. Bạn thất vọng và cố dùng vũ lực với trẻ. Sau đó, bạn lại thử cách tiếp cận "thương thân": Mẹ phải mất 50 giờ để nấu ăn, giặt giũ và lau dọn nhà cửa và mẹ không thể làm điều đó một mình. Tại sao con lại không thể làm giúp mẹ một giờ?" Điều tốt nhất để làm đó là đi dạo và thư giãn. Đánh giá lại mọi việc. Có thể là bạn - những bậc cha mẹ, đã quá bận nên không hoàn thành công việc mà bạn được phân công và đang cố gắng thuyết phục bọn trẻ làm giúp phần việc của mình. Trong trường hợp này, bạn sẽ phải làm việc tới nửa đêm để lau dọn và tiếp tục cố gắng như thế vào ngày hôm sau. Tất cả những cách trên đều sai. Mục tiêu - khiến trẻ làm việc - là đúng. Hãy quan sát và tìm ra cách hiệu quả. Hãy nhớ, một ngôi nhà sạch không phải là một kết quả tự thân. Lý do chính ở đây là giữ gìn ngôi nhà sạch vì mọi người ở trong đó: khiến cho cuộc sống dễ chịu hơn, khỏe mạnh hơn và tăng cường hình ảnh của bản thân. Đừng biến ngôi nhà thành điều quan trọng nhất và phá hỏng mọi người trong quá trình làm nhà cửa gọn gàng, sạch đẹp.

Bạn có đang lo ngại về những gì người khác nghĩ hay làm? Bạn có hào hứng khi biết rằng con cái nhà Monson và McCullough thường dọn dẹp mọi thứ chúng thấy lộn xộn trong nhà, giữ phòng chúng sạch sẽ và làm mọi việc nhà mà không cần giục giã? Một phần động lực để viết cuốn sách này là để tìm ra và thử nghiệm các giải pháp vượt qua những vấn đề này. Chúng tôi hy vọng người khác có thể gặt hái được ích lợi từ những gì chúng tôi đã học hỏi. Tuy thế, bọn trẻ nhà chúng tôi cũng chây lười, và trì hoãn công việc như bọn trẻ nhà bạn vậy. Đừng so sánh bọn trẻ với những gì mà bạn thấy trẻ con nhà khác đang làm. Giữ cho mối quan hệ với con cái của bạn thật gần gũi. Đừng mong đợi con của bạn chạy nhanh hơn sức lực của chúng. Một đêm, vào cuối cuộc trò chuyện, Bonnie kết luận rằng: "Tôi phải đi bây giờ để lau dọn sàn bếp." "Ý của cậu là gì vậy Bonnie? Con của cậu phải làm việc đó chứ. Mình luôn lau sàn cho mẹ mình mà." Hãy đọc điều này: "Người ngoài luôn nhìn con bạn như là một nguồn lao động chưa được khai thác", như là một cái giếng luôn dồi dào nước. Đừng làm theo như thế. Bonnie giải thích cho người bạn ấy rằng, bọn trẻ nhà cô ấy đã được phân công làm các công việc nhà khác rồi và cô không mong là dạy mọi thứ cho bọn trẻ chỉ trong một thời gian ngắn. Thông thường, khi bạn có vấn đề, người khác hay khuyên bạn: "Hãy để bọn trẻ nhà cậu giúp cậu làm việc nhà nhiều hơn". Hãy đặt mục tiêu của bạn và theo đuổi chính mục tiêu ấy.

Khi cố gắng tạo ra một vài thay đổi, hãy hiểu rằng gia đình sẽ chống lại sự thay đổi đó và tình hình có thể tệ hơn trước khi nó có thể khá lên. Không vấp ngã, không thành công. Chúng ta đều đóng một vai trò trong gia đình - giống như một diễn viên trên sân khấu. Và khi một thành viên bắt đầu thay đổi, thậm chí là tốt hơn, các thành viên khác trong gia đình lo ngại rằng việc đó sẽ làm ảnh hưởng tới họ, làm phiền tới vai trò và vị trí của họ, vì thế họ chống lại sự thay đổi, thậm chí là đả phá nó. Giả dụ mẹ quyết định sẽ giữ gìn nhà cửa tốt hơn. Vì mẹ đã đọc cuốn sách *Bonnie's Household Organizer* (Những mẹo quản lý gia đình của Bonnie) về cách quản lý nhà cửa và cố gắng thử nghiệm một vài ý tưởng tại nhà. Thay vì ủng hộ, họ có thể ngầm phá hủy và chống lại những nỗ lực của mẹ cho đến khi họ nhận ra những thay đổi ấy sẽ không làm tổn hại gì tới vị trí cá nhân của họ. Điều tương tự xảy ra khi cha bắt đầu ăn kiêng. Vào ngày thứ năm, mẹ nỗ lực rất nhiều để nướng một chiếc bánh nướng lớn - món ưa thích của cha, thứ mà mẹ vẫn thường chỉ làm mỗi năm một lần. Bạn thấy đấy, để thúc đẩy sự thay đổi, chúng ta phải biết rõ nơi mình muốn đi và lý do tại sao, vì thế sự cản trở thay đổi sẽ không làm chúng ta thối chí. Cần thiết có một viên giám sát

tốt để bám sát vào mục tiêu, kiên nhẫn và giữ cho mọi thứ đi tới cùng.

Khi đánh giá kết quả sự nỗ lực của chính mình, xem xét liệu bạn có "đang tiến bộ" hơn là kết quả cuối cùng của "đã tiến bộ". Không có cái gì gọi là cha mẹ hoàn hảo - vì thế sao phải cảm thấy tội lỗi nếu như bạn không hoàn hảo. Đó là lý do nhiều người không thích Ngày của Cha, Ngày của Mẹ. Họ cảm thấy mình không được như hình ảnh hoàn hảo ấy. Con trẻ và cha mẹ đều cũng phải trải qua những giai đoạn khó khăn và dễ dàng. Nếu chúng ta chấp nhận rằng ai cũng cần phải cố gắng và hoàn thiện, chúng ta có thể dễ chấp nhận bản thân và tiếp tục cố gắng.

Sau khi nỗ lực dạy dỗ bọn trẻ, chúng đã đủ lớn khôn và tự lập được, hãy để chúng tự do. Bạn đã cố gắng hết sức để thúc đẩy sự độc lập và trách nhiệm khi có thể. Và giờ đây là thời gian để tiếp tục yêu thương con cái, nhưng hãy để chúng tự lập. Một bà mẹ tiếp tục nói với cô con gái 28 tuổi đã kết hôn rằng cô không thể đặt tên ở nhà cho con gái mình là Lizzy. Một người cha tiếp tục thuyết phục con trai đã kết hôn đi học đại học. Một bà mẹ 76 tuổi vẫn hướng dẫn cách tiêu tiền cho con gái 50 tuổi của mình. Hãy dạy trẻ cách tổ chức cuộc sống và sau đó để chúng tự do. Vẫn luôn có khoảng không gian dành cho tình bạn (giữa cha mẹ và con cái) nhưng bọn trẻ lớn lên cần chịu trách nhiệm về bản thân chúng. Nếu chúng mắc sai lầm, chúng phải tự thay đổi. Nếu chúng muốn có thêm kỹ năng trong cuộc sống, chúng phải tự đi học và trả học phí cho điều đó. Cha mẹ không cần phải chịu trách nhiệm cả đời về tài chính và cảm xúc của con cái. Tuy thế, gia đình có thể là nơi cảm thông, chia sẻ qua những giai đoạn khó khăn của mỗi người. Không ai biết tất cả các lý do vì sao một số trẻ lớn lên trở thành thiên tài, nhà vô địch, một số trẻ lại hóa ra hư hỏng, lêu lổng, vô tích sự. Cuốn sách này không đảm bảo thành công, chỉ tăng cường các cơ hội.

Trong thời gian bọn trẻ còn ở nhà (với cha mẹ), hãy đặt mục tiêu, tìm cách để tận dụng mọi cơ hội cho bọn trẻ được lao động, sống vui vẻ và học hỏi được nhiều điều ích lợi. Như D.O. McKay đã nói: Quyền được làm việc là một món quà, sức mạnh được làm việc là một lời chúc phúc, tình yêu công việc là một thành công.

PHỤ LỤC A
Giúp trẻ sắp xếp việc ở trường

Con của bạn có giống các con chúng tôi, làm mất thông báo của trường hoặc để bài tập về nhà lung tung, hay quên nộp giấy cho phép đi dã ngoại không? Dưới đây là những kinh nghiệm không chỉ giúp trẻ thành một học sinh tốt hơn mà còn giúp phân bổ thời gian rảnh cho công việc ở gia đình và vui chơi.

Marie Crawford đã giải thích rằng những đứa trẻ là người tổ chức tốt sẽ biết khi nào và làm thế nào để hoàn thành một công việc. Rèn luyện tính tổ chức ở trường bắt đầu khi trẻ học mẫu giáo. Khi Becky McCullough năm tuổi, giáo viên của cô bé đã khuyến khích làm "túi thói quen" bằng cách đề nghị mỗi học sinh mang ba-lô, một miếng vải hoặc túi nhựa có tay cầm đến trường mỗi ngày. Các bé bỏ vào đó ghi chú cho bố mẹ, công việc đã hoàn thành, giấy xin phép và sách của thư viện vào túi của chúng, mang về nhà vào cuối ngày. Ở nhà, các tài liệu không bị vứt lung tung trong khoảng thời gian từ khi Becky vào nhà. Đúng hơn "túi" đã được treo lên móc ở phòng cô bé đến khi đồ có thể được phân loại. "Túi thói quen" mang lại cho Becky cảm giác tự tin về khả năng thích ứng với kinh nghiệm ở trường. Trong khoảng thời gian đi dạy, Sue Monson đã thấy rất nhiều trẻ khóc lóc vì làm mất bài về nhà hoặc quên giấy xin phép. Hầu hết trẻ đến trường đều rất nghiêm túc và muốn thành công ở đó. Những gì nhà trường mong muốn dạy cho trẻ là để trẻ bớt lo lắng và xây dựng tính tự lập và tự tin.

Gia đình nhà Allred để các con họ có trách nhiệm cho việc đến trường và rời trường mà không có sự giục giã của bố mẹ. Truyền thống gia đình là mua đồng hồ báo thức làm quà tặng cho mỗi trẻ khi chúng bắt đầu đi học. Nếu trẻ gặp khó khăn lúc thức dậy thì đồng hồ báo thức là một anh chàng tồi chứ không phải là bố/mẹ.

Giúp con bạn đặt mục tiêu ở trường hàng tuần giảm bớt việc trì hoãn,

tăng hiệu quả và hạn chế tính hay quên. Nhiều bài tập ở trường được biết rõ là bài nâng cao vẫn bị trì hoãn đến phút chót; các bài kiểm tra từ vựng hoặc chính tả hàng tuần, thi vấn đáp thứ Sáu, bài tiểu luận và báo cáo bằng "tấm tranh khổ lớn" là các ví dụ. Bảng sau được thiết kế cho việc ghi lại các nhiệm vụ ở trường và các hoạt động khác như học nhạc, luyện tập thể thao và trò chơi hoặc cuộc hẹn. Để trẻ lên danh sách "Việc tôi phải làm" và "Việc tôi muốn làm" rồi bố trí chúng vào các ngày của tuần. Sau khi sử dụng bảng này cho một tháng, Sidney, một sinh viên năm thứ hai đã viết, "Cuộc sống của tôi chỉ xoay quanh bài tập về nhà, bảng này đã giúp tôi viết mọi thứ ra một chỗ và không quên nó. Nó giúp tôi được chuẩn bị.

Tuần__________

Việc tôi phải làm	Việc tôi muốn làm
Thứ Hai	Thứ Ba
Thứ Tư	Thứ Năm
Thứ Sáu	Thứ Bảy/Chủ nhật

Ai là người chịu trách nhiệm cho bài tập về nhà đây? Bạn sẽ nghe thấy các ý kiến trái ngược từ các chuyên gia giáo dục; vài người nói, "Đấy hoàn toàn là việc của trẻ và bố mẹ không nên can thiệp", số khác thì đáp trả rằng,

"Dù gì thì bố mẹ cũng nên biết trẻ đã làm xong bài tập chưa". Các gợi ý hợp lý, trung lập dưới đây là theo một nhóm quản trị và các giáo viên từ trường Lansing Christian ở Lansing, Michigan, được đưa ra để bạn xem xét.

LÀM CÁCH NÀO GIÚP CÁC CON CỦA BẠN LÀM BÀI TẬP VỀ NHÀ VÀ PHÁT TRIỂN THÓI QUEN HỌC TẬP TỐT

1. Hỏi xem trẻ có bài tập về nhà không.
2. Tỏ ra hứng thú với những gì trẻ đang làm.
3. Đừng tỏ ra thất vọng với trẻ, đặc biệt nếu chúng đang gặp vấn đề với môn học đó.
4. Giúp trẻ dành ra những khoảng thời gian ngắn để học hơn là học cả thời gian dài.
5. Nếu trẻ không thể tự tìm ra cách làm bài tập, hãy giải bài đó cùng chúng, nói cho chúng biết *cách* nhưng đừng đưa ra lời giải.
6. Có thời gian và địa điểm làm bài tập, tách biệt khỏi những thứ gây mất tập trung như tivi và tiếng ồn của trẻ nhỏ hơn.
7. Để những đồ dùng học tập như giấy và bút chì luôn sẵn sàng.
8. Có chỗ để sách giáo khoa riêng.

Làm bài tập về nhà là nhiệm vụ của trẻ nhưng sự hỗ trợ của bố/mẹ khiến nhiệm vụ đó dễ dàng hơn - cũng giống như công việc của bố/mẹ dễ dàng hơn nếu trẻ hợp tác giúp đỡ làm việc nhà. Ảnh hưởng của bạn bè trong việc dùng ma túy, hẹn hò sớm và các hành vi cư xử phiền phức khác là rất mạnh. Nếu trẻ không có được thành tích tốt ở trường, khả năng này sẽ tăng lên khi trẻ tìm kiếm thứ để tạo cảm giác "thuộc về mình".

Tạo một môi trường học tập thuận lợi, không chỉ là bàn học, ánh sáng và các thiết bị tốt mà còn có sự sẵn sàng của cha/mẹ nhằm thảo luận và hỗ trợ trẻ. Một giờ yên tĩnh làm bài về nhà có thể là thời điểm hoàn hảo để cha mẹ trau dồi kỹ năng đọc sách của chính mình. Bố mẹ hay đọc sách sẽ có con hay đọc sách. Có một bảng thông báo để trưng ra các báo cáo và các dự án

nghệ thuật được các trẻ lớn tham gia nhiều như các trẻ nhỏ. Bạn có thể hạ một dây phơi quần áo xuống tường chỗ cầu thang để làm nơi treo bài tập về nhà của con.

Kỹ thuật hỏi rất hữu ích trong việc giúp con của bạn tổ chức cho việc học ở trường. "Bài tập về nhà của con tối nay là gì?", "Con nghĩ sẽ làm mất bao lâu?" "Con có kế hoạch gì đặc biệt sau khi làm xong bài không?" Các câu hỏi này giúp trẻ lập mục tiêu. Nó cũng có thể giúp làm bài tập ngay khi trẻ về nhà - một nhắc nhở trực quan những gì phải làm. Tất cả việc khuyến khích và hỏi không cần thiết phải làm hàng ngày. Nhưng với một thời gian và địa điểm đã được lập ra dành cho việc làm bài tập về nhà và với sự hỗ trợ của cha mẹ thì trẻ dần có thói quen làm bài tập về nhà hơn.

PHỤ LỤC B
Giúp trẻ nhận biết về các khu vực lân cận và thành phố

Vào một đêm mưa, lạnh tháng Chín, Heather, một cô gái 20 tuổi rời nhà bạn lúc 12h30 để về nhà. Quãng đường từ nhà bạn tới nhà cô ước chừng khoảng 20 phút đi xe. Cô lái xe thành vòng tròn, cách xa nhà khoảng ba tiếng rưỡi. Lần thứ hai cô dừng lại và hỏi đường một cảnh sát nhưng chỉ thêm bối rối hơn. Lúc 4 giờ sáng, cô gọi về nhà với tiếng khóc thê thảm: "Hãy giúp con, con bị lạc!" Cô nhận được những chỉ dẫn đơn giản theo con đường quen thuộc và dừng lại gọi nếu bị lạc nữa. Tiêu nốt hai đôla cuối cùng để đổ xăng, cô quay đầu xe về nhà. Nhưng đoạn đường 40 phút lái xe tiếp lại lấy thêm của cô bốn tiếng nữa. Vô cùng bối rối và không hiểu cách dùng số dãy phố tăng hay giảm làm chỉ dẫn, cô lái xe đến khi hết xăng, ngủ thiếp trong chiếc xe lạnh cóng và bị một người lạ đánh thức. Anh này đã cho cô lên xe tải của anh, mua một ít xăng cho cô và chỉ cho cô đúng hướng. Giờ cô chỉ còn cách nhà vài dặm. Thật may, Heather đã gặp được người tốt, nhưng kinh nghiệm đáng buồn này hoàn toàn có thể tránh được nếu cô được dạy về các kỹ năng định hướng từ sớm.

Làm thế nào bạn có thể giúp các con mình phát triển khả năng phán đoán phương hướng và biết cách đọc bản đồ? Bạn có thể nghĩ đọc bản đồ là năng khiếu tự nhiên mà một số người có trong khi những người khác thì không. Tuy nhiên, quan điểm đó là một lời biện minh mà thực ra nghĩa là "Để ai đó tìm đường đi, tôi chỉ đi nhờ xe thôi." Vài điều cơ bản trong đọc bản đồ không chỉ hữu ích mà còn tăng sự tự tin cho các con của bạn.

Thế trường học không dạy kỹ năng đọc bản đồ sao? Có, họ có dạy, nhưng thường theo cách rất chung và với thời gian bị giới hạn và rất ít, nếu có, chỉ là huấn luyện "trên- đường-phố". Xác định hướng Bắc, Nam, Đông và Tây trên sách hướng dẫn khác với thả cho trẻ tìm đường trên các phố

trong thành phố lớn. Dùng các từ chỉ dẫn cũng như tên phố gần bạn khi nói với các con. Khi các bé chơi trò làm đường trên cát và xây dựng các thị trấn tưởng tượng, hãy dùng sở thích khởi đầu này để tạo hiểu biết sâu hơn. Để giúp trẻ nhận biết bản thiết kế các phố, bản đồ khu bạn sống có thể được vẽ trên một miếng vải lớn với bút nhớ thần kỳ. Khi trẻ đi chơi trên xe hơi, xe tải, hay là đi dạo với thú cưng, chúng có thể bắt đầu đọc bản đồ.

Nhiều bậc cha mẹ thấy rằng trẻ có ham muốn mãnh liệt được tìm hiểu khu vực xung quanh nhà. Nếu bạn càng dạy trẻ xác định phương hướng sớm, khả năng trẻ đi lạc sẽ ít hơn. Đi bộ hoặc lái xe quanh các khu phố nơi bạn sống làm kinh nghiệm học hỏi bằng cách lưu ý những mốc đáng chú ý như nhà thờ, trường học hoặc các ngôi nhà màu sắc hoặc phong cách khác biệt. Nói về tên phố và cách ngôi nhà của bạn được đánh số. Một điều đáng ngạc nhiên khi mà nhiều trẻ 10 tuổi không thể gọi tên phố cách nhà chúng hai hoặc ba khu nhà.

Khi trẻ lớn hơn, bất kỳ chuyến đi nào bằng xe hơi, chúng ta hãy hỏi dạy trẻ: "Chúng ta sẽ đi hướng nào?" "Hãy nhớ các số trên biển báo. Chúng ta có đi ra xa hay đi đến gần hơn trung tâm thành phố không?" Cho các con của bạn thực hành làm người định hướng khi có chuyến thăm quan đặc biệt như đến sở thú... Cung cấp cho chúng bản đồ và bạn chỉ lái xe đến nơi chúng bảo thôi. Khuyến khích dùng từ như rẽ hướng Bắc hoặc Nam hơn là các từ như rẽ phải hoặc rẽ trái.

Thử vài bài học định hướng trước kia tại nhà. Vẽ sơ đồ tầng đơn giản của nhà bạn. (Nó có thể cũng được sử dụng cho các cuộc tập luyện thoát khẩn cấp hoặc thoát hỏa hoạn của bạn.) Cho chỉ dẫn như "Rẽ hướng Đông ở tầng hai xuống sảnh và tìm điều bất ngờ trên giường". Một tấm bản đồ sân của bạn có thể được vẽ và dùng cho các bài tập cuốc đất, xén cỏ và nhổ cỏ. Joyce Frank, giáo viên lớp Hai, đã nghĩ ra tấm bản đồ một-trang của các tuyến phố quanh trường cho các học sinh của cô sử dụng. Hầu hết chúng đều sống ở khu vực được vẽ bản đồ, nên hãy khiến điều đó trở nên thú vị để xác định vị trí đường phố nơi các bạn chúng sống cũng như biết về cách bố trí của các khu lân cận. Bạn có thể phác họa bản đồ các khu lân cận của mình, giấu một đồ quý giá ở đâu đó trong vùng, tập hợp các "đứa con cướp biển" thích phiêu lưu của bạn lại và cho chúng vào cuộc săn tìm kho báu. Điều này tạo ra một kinh nghiệm học hỏi thú vị cho ngày sinh nhật hoặc bữa tiệc ngủ (buổi tiệc của một nhóm nữ, mặc đồ ngủ, trò chuyện, ăn và ngủ lại qua đêm ở nhà một cô bạn nào đó).

Khi chuyển đến một thị trấn mới, rất nên treo một tấm bản đồ của khu vực đó lên tường bếp trong vài tuần. Mỗi lần đến một nơi mới trong thành phố, họ lại đánh dấu tấm bản đồ và theo lộ trình từ nhà đến đích. Không mất nhiều thời gian để mọi người làm quen với các tuyến phố chính và các địa điểm phổ biến của các trung tâm mua sắm, bệnh viện và các địa điểm yêu thích khác.

Trẻ sống ở khu vực nông thôn có thể không cần những kiến thức tương tự về bản đồ đường mà những người ở thành phố phải có. Nhưng các khả năng trẻ ở "gắn với nông trại" mãi mãi là ít. Một chuyến đi đến thành phố vài lần, nhấn mạnh vào các kĩ năng định hướng có thể là một kinh nghiệm có ý nghĩa và tạo dựng sự tự tin cho các năm sau này.

Hiểu cách đọc bản đồ cũng có lợi khi di chuyển bằng hệ thống giao thông công cộng. Tài xế xe taxi không có khả năng lợi dụng bạn bằng cách chạy thêm nhiều dặm nếu bạn biết đường và bạn sẽ không xuống xe buýt cách cả một dặm *sau* khi đi khám răng. Khi các con của bạn đi xe buýt đến một địa điểm mới, hãy cho chúng danh sách tên các phố chính. Chúng có thể chờ đến phố đó ngay trước điểm dừng và ấn đèn báo đúng lúc để xuống xe. (Hãy chắc là chúng hiểu tín hiệu được sử dụng để thông báo cho lái xe buýt dừng xe. Nếu bạn vào xe điện ngầm, thì bạn biết nó giống như con quái vật, thậm chí là với cả những người đi có kinh nghiệm. Hãy đi cùng các con bạn đến khi chúng quen với lộ trình phải đi. Khuyến khích chúng tự lên xe điện một mình sau vài lần bạn đi cùng. Ít nhất, nếu trải qua cảm giác khó chịu vì lạc đường thì cảm giác đó sẽ giảm bớt! Dù khả năng thất bại cao, nhưng nếu thành công thì đó sẽ là một trải nghiệm thú vị và vui vẻ.

Tiếp xúc chính là chìa khóa. Tận dụng các nơi bạn đã đi và dùng bản đồ mà bạn có để xây dựng nhận thức của con bạn về các vùng phụ cận. Dành thời gian dạy trẻ trong khi chúng đi với bạn có thể tránh việc lặp lại trải nghiệm bị lạc của Heather.

PHỤ LỤC C
Giúp trẻ định hướng nghề nghiệp

"Khi lớn lên mình sẽ làm gì nhỉ?" Nghề nghiệp tương lai của trẻ sẽ ảnh hưởng đến chúng cũng như đến bạn. Nếu bạn nói với các con của mình chúng sẽ làm gì và sau đó chúng quyết định đi ngược lại mong muốn của bạn thì chúng cảm thấy đã làm bạn thất vọng. Nếu chúng trở thành người như bạn muốn nhưng lại không thích công việc đó thì chúng bực tức với bạn. Trách nhiệm của bạn không phải là nói, "Hãy làm giáo viên!" hay "Hãy làm thợ sửa ống nước!", mà là đưa ra hướng dẫn để giúp trẻ (1) biết rõ bản thân, (2) tìm hiểu và so sánh nghề nghiệp và (3) quyết định hướng đi để đạt được mục tiêu.

HIỂU RÕ BẢN THÂN

Thấu hiểu các con của bạn là mấu chốt cho triển vọng nghề nghiệp. Con bạn có thể thích làm thợ hàn, thợ điện, đồ đạc. Đứa trẻ khác có thể phát đạt được nhờ lập ngân sách hàng tháng hoặc tính toán diện tích cỏ khi chuẩn bị mua phân bón và có trẻ muốn lúc nào cũng được bạn bè vây quanh - một người có khiếu nói chuyện thực sự và là người giao thiệp rộng. Một người có thể thích nghiên cứu khoa học, cũng như có người thích quản lí khách sạn.

Các bậc cha mẹ hãy chú ý lắng nghe khi trẻ nói về những gì chúng sẽ trở thành. Nếu Johnny, lúc bảy tuổi, nói về việc trở thành một ngôi sao bóng đá, hãy để cậu bé thích thú với hình ảnh tưởng tượng của mình cho dù bạn thấy việc đó là mơ mộng hão huyền. Tuy nhiên, đến 12 tuổi, nếu cậu bé vẫn nói về việc trở thành một siêu sao bóng đá nhưng thực tế cậu còn chẳng hề có triển vọng trong đội bóng liên đoàn thì bạn có thể bắt đầu đưa ra một vài quan điểm thực tế cho giấc mơ của cậu. Hãy hỏi: "Sao con nghĩ điều này sẽ thú vị? Con sẽ muốn làm gì nếu vì vài lí do nào đó mà con không thể trở thành cầu thủ bóng đá?" Đừng tạo cho trẻ cảm giác đó là lựa chọn phi thực

tế, vì quyết định nghề nghiệp không cần phải đưa ra ở tuổi 12.

Cung cấp một nền tảng rộng về kinh nghiệm. Đưa trẻ đến và khuyến khích chúng tham gia vào các câu lạc bộ và có vài sở thích riêng. Các lớp năng khiếu ở các nhà văn hóa và các tổ chức cộng đồng cung cấp các chương trình đa dạng để đáp ứng sở thích của trẻ - hướng chúng vào những lĩnh vực này. Nếu một người lớn nói với con gái bạn rằng cô bé chỉ có thể làm y tá và không thể làm bác sĩ, hãy cố gắng cho cô bé làm quen với nữ bác sĩ hoặc nam y tá. Chỉ ra rằng mong muốn và năng lực quan trọng hơn giới tính của bé. Hãy để ý và khen ngợi vì các môn học ở trường mà các con bạn vượt trội. Hãy dạy cho chúng rằng "nhiệm vụ" của chúng khi là học sinh - đến trường đúng giờ và hoàn thành các bài tập một cách chính xác - quan trọng cho một nghề nghiệp thành đạt trong tương lai.

Các cơ hội và thái độ bạn mang lại sẽ giúp các con bạn tạo dựng niềm tin ở chính chúng, tăng cảm giác có giá trị và tìm được những gì thực sự hấp dẫn chúng. Lúc khoảng 17 tuổi, chúng phải trả lời một cách thành thực câu hỏi: "Tôi thực sự thích gì? Phong cách sống nào là dành cho tôi?"

TÌM HIỂU VÀ SO SÁNH NGHỀ NGHIỆP

Nếu bạn biết rõ bản thân, bạn có thể nên tìm hiểu và so sánh nghề nghiệp. Khi Charlene, một học sinh trung học, rất hứng thú với cuộc sống nông trại và huấn luyện ngựa, bố mẹ cô đã sắp xếp cho cô một trải nghiệm ở nông trại. Sau khi cho ăn, chải lông, thắng yên và dọn phân ngựa cả mùa hè, Charlene quyết định cuộc sống nông trại không quá lung linh và cô đã sẵn sàng tìm kiếm một lựa chọn nghề nghiệp khác. Lori đã nhất quyết làm y tá cho đến khi cô đến một phòng khám nhỏ và bị bất tỉnh vì mùi thuốc gây mê. Nhiều trường trung học cung cấp các chương trình tìm hiểu nghề nghiệp có thể trả lời các câu hỏi của trẻ về triển vọng nghề nghiệp cho tương lai, gợi ý một vài lựa chọn nghề nghiệp thích hợp cho lực học của trẻ và đưa ra các bài trắc nghiệm năng khiếu, phân tích các sở thích và kĩ năng của trẻ. Tất nhiên, những bài trắc nghiệm này sẽ không nói lên việc con bạn sẽ trở thành ai nhưng chúng sẽ cung cấp những gợi ý và chỉ dẫn hướng đến các lĩnh vực có khả năng. Các nhà cố vấn ở trường có thể cung cấp các lời khuyên phỏng vấn khi đi xin việc, các gợi ý điền lí lịch trích ngang và cung cấp sách và tạp chí phổ biến về các công việc khác nhau.

CHỌN CÁCH ĐẠT ĐƯỢC MỤC TIÊU

Khi trẻ biết câu trả lời cho: "Mình muốn trở thành ai?", câu hỏi tiếp theo là: "Làm cách nào đạt được mục tiêu"? Trước hết, xem xét các yêu cầu trong cuốn *Cẩm nang nghề nghiệp* hoặc với những người trong lĩnh vực đó, sau đó bắt đầu gặp gỡ họ. Các cố vấn trường có thể giúp thêm nữa bằng cách hướng dẫn cho con bạn nhắm đến các trường tốt nhất hoặc các lựa chọn đào tạo ở thành phố của bạn. Thậm chí có thể hệ thống trường đó cung cấp một số chương trình đào tạo trong lĩnh vực đó. Gary đã quyết định năm thứ nhất ở trường trung học của cậu là làm bác sĩ thú y. Từ thời điểm đó trở đi, các buổi học, việc làm thêm và hầu hết lúc đọc sách báo tự do của cậu tập trung vào mục đích đó. Kinh nghiệm của cậu đã xác nhận lựa chọn của cậu, và đến tuổi 25 cậu đã có thời gian dài trong nghề và đang làm công tác sau tiến sĩ. Gary là một trường hợp đặc biệt vì có vài đứa trẻ biết quá sớm công việc thích hợp lý tưởng, tuy nhiên, khi quyết định được đưa ra, phải bắt đầu nỗ lực để có được kinh nghiệm nhiều nhất, Gary đã làm vậy với lĩnh vực đã chọn.

Khích lệ các con của bạn tự tìm hiểu những người đang làm nghề đó và tìm công việc bán thời gian hoặc tình nguyện. Thay đổi công việc là bình thường trong xã hội của chúng ta; vài người vẫn làm một công việc đến khi nghỉ hưu. Hãy tỏ ra thông cảm nếu các con của bạn cũng trải qua những thay đổi.

Hãy nhớ lời cảnh báo của các chuyên gia nghề nghiệp: "Giáo dục đại học không đảm bảo thành công về nghề nghiệp và tài chính". Hãy giúp con bạn nghĩ đến tất cả các cơ hội học tập, từ các trường dạy nghề đến tham gia quân đội, các trường cao đẳng và đào tạo nghề. Đáng tiếc là nhiều sinh viên tốt nghiệp đại học nếm mùi thất nghiệp và làm công việc hoàn toàn không liên quan đến nghề họ đã chọn. Một anh chàng dám nghĩ dám làm đã học khoa học vi tính ở một trung tâm kỹ thuật và làm công việc hàn ở bên cạnh đó, một kỹ năng cậu đã học được ở trường trung học. Việc kinh doanh hàn của cậu đã thành công đủ để chu cấp cho việc tiếp tục theo học và hoàn thành tấm bằng khoa học máy tính ở trường đại học. Khuyến khích các con của bạn nghĩ về hai lựa chọn nghề nghiệp - một là thiết thực và một nghề khác chúng thực sự muốn theo đuổi. Theo cách này những thanh niên có thể có giá trị nhiều gấp hai lần trên thị trường lao động.

Con của bạn có thể đầu tư vào việc lấy tiền học bổng và các khoản vay dành cho sinh viên. Những thông tin như vậy có thể được lấy từ các văn phòng tư vấn ở trường trung học và cao đẳng. Hàng triệu đôla trong các

học bổng và trợ cấp không được dùng đến hàng năm vì không có ai đề nghị. Không chỉ có các trường đại học cung cấp tiền mà còn cả chính phủ, các ngành kinh doanh, các hội trao học bổng anh em và cộng đồng khác. Các khoản vay cho sinh viên từ trường cao đẳng thường được cung cấp ở mức lãi suất thấp nhất và đưa ra kế hoạch thanh toán sau khi tốt nghiệp.